日本糖尿病療養指導士認定機構主催　第 21 回認定更新者用講習会 e ラーニング
ケーススタディ４「1 型糖尿病の治療とケア」

記述式設問への受講者の解答から一部抜粋

このファイルは、他の受講者の考え・経験からご自身の学びを深める目的で公開しています。
無断転載・引用はご遠慮ください。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
看護	シックデイルールを確認していく ①安静と保温に努める ②早めに主治医、医療機関に連絡する →医療機関の受診が必要な場合 ・下痢、嘔吐が激しく 1 日以上続き、食事摂取が不可能な状態が続くとき ・高血糖（350mg/dl 以上）と尿中ケトン体陽性が 1 日以上続くとき ・38℃以上の高熱が続き、改善傾向が見られないとき ・腹痛が強いとき ・胸痛や呼吸困難、意識混濁がみられるとき ・脱水症状が激しい、あるいは著しい体重減少がみられるとき ・インスリン注射量や経口血糖下降薬の服用量が、自分で判断できないとき ③水やお茶など（1,000ml 以上）で水分補給を心がけ脱水を防ぐ ④食欲がなくても、おかゆ、果物、うどん、ジュースなどで炭水化物（1 日 150?200g 程度）を摂取する ⑤自己判断でインスリンを中止しない →食事が摂取できなくてもインスリンを中止しない →SMBG を行いながらインスリン量を調整する T さんの表情や言動に注意しながら、不安点も確認しつつ行う また、困った場合には、連絡をするように伝えていく
看護	シックデイは初めての経験でしんどかっただろうし、不安で怖かっただろうと大変だったことにまずは労いの言葉をかけます。また誰しも初めからスムーズに対策出来る人はいないから、今回の経験から学んだことを次回からに活かせられたらいいことを伝えます。具体的な対策を一緒に確認していきます。 ①シックデイの時の症状変化 ②一型糖尿病だから、基本的には基礎インスリン注射は中止しないこと。追加インスリン注射は、食事量や自己血糖測定値に応じて半分とか、1/3 にするなどを指導。これは事前に診察時に主治医と相談して決めておくとスムーズ。 ③暖かくして、少しずつでいいので、温かいスープなどを飲む。 ④炭水化物を 150 から 200g 目標摂取する これらのことがスムーズに行えるように指導進めていきます。
看護	初めてのシックディで、とても心配で怖かったのではないかと察しながら一緒に考えていこうという姿勢で指導します。今回のシックディ時の経験を振り返りながら対応を説明してい

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	きます。自己血糖データーを基に血糖値の上昇を示しながらその際にインスリン治療を中断すると高血糖で死に至る事も説明します。シックディ時の一般的な対応（・安静と保温につとめる・スープなどで十分に水分を摂り、お粥やうどんなどで炭水化物をとる・決して自己判断でインスリンを中断しないようにする・こまめに血糖自己測定をして、血糖値と病気の状態を確認する）と、医療機関に受診するタイミング（・38 度以上の高熱が続く時、下痢・嘔吐がとまらない・食事が 24 時間にわたって全く取れない、または極端に少ない時・血糖値 350 以上が続く時・意識の状態に変化がある時）を説明します。本人が適切な対応が取れるように、保護者や協力を得ている学校関係者へも説明していきます。
看護	T さんがシックデイについてどのように捉えていて、どのように対処したのか話をききます。行った対応について否定せず、どのようにするとより良かったのか、不足した部分を追加しながら話をしていきたいと思います。 ・シックデイ時はどうしたらよいのか主治医に確認しておく（インスリン量） ・シックデイ時の病院への相談について ・自己血糖測定をこまめに行う ・シックデイ時のポイントについて再度説明する。（パンフレットを渡す） 　暖かくして安静にする、消化の良いものを摂取（おかゆ、スープなど）、水分を十分にとる、基礎 　インスリンは打つなど また、T さんだけではなく、両親へもシックデイについて話をし、対応方法を説明し、指導していきたいと思います。
看護	シックデイの時の状況を教えてもらい、症状が辛かったことに対して共感をする。 対応がうまくできなかった所はどこか、確認を行い、再度シックデイになった時の対応を一緒に考えていく。そして、シックデイについて復習もおこない理解を深めてもらう。 家族も一緒に来院していれば、家族にもシックデイについて説明を行い、理解度を確認していく。 対応の仕方、緊急時の連絡方法を説明する。
看護	前回うまくいかなかった対応について確認する。 Ｔさんから話を聴いて、すべてがうまくいかなかったわけではないと思うので、良かった点とまずかった点を一緒に振り返り確認していく。そしてシックデイへの対応について出来そうな事をＴさんと一緒に追加してく。
看護	下痢、嘔吐出現時食事がとれなくなった時の状況を細かく確認。再度シックディについて説明。下痢や嘔吐時血糖が高くなり、場合によっては昏睡や死亡にまで至る可能性があること。１型糖尿病の患者は基礎分泌は減量しないで、食事がとれなくても打って良いこと、食事がとれないときでもＳＭＢＧ値、食事量により追加分泌を減量しながら打つこと。安静、保温に努めることを説明。下痢が１日以上続き食事摂取が困難、水も飲めないような状態時は、早めに医療機関を受診するように説明。今回インスリン注射について、どう考えていたか確認して、フィードバックしながら、再発防止に努めていきます。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
看護	シックデイを理解していなければ、まずはシックデイについて理解できるよう説明をする。シックデイくになった時の対処について聞き、どこに要因があったのか検討していく。要因をきかないと再発防止しようがないので。
看護	T さんのシックデイの対応がうまくいかなかった状況を再確認し、同じ状況になった時の対応を一緒に考える。もう一度、シックデイルールを説明し、勘違いをして対応していることはないか見直しをする。また、周りに人がいると補食がしづらいとか、血糖自己測定をしずらいなど、環境的な理由で、対処が遅れていることはないか確認する。 発熱や下痢・嘔吐などで食事摂取量が少ないときなど、自己判断でインスリン注射を中断していたり、少なく打っていないかも確認。体調がよくないときには、なるべくこまめに血糖自己測定をして、適宜インスリン追加も考える必要があることを伝え、自身が無いときは、いつでも医療機関に電話相談も可能であることを伝える。
看護	安静と保温に努め、早めに主治医・医療機関に連絡。水やお茶などで水分摂取を心掛け、脱水を防ぐ（1000ml 以上。食欲がなくても、お粥、うどん、ジュースなどで炭水化物を補給する（１日 150ｇ～200ｇ程度の糖質摂取）自己の判断でインスリンを中止しない。基礎インスリンは減量しない。追加インスリンは食事量および SMBG に応じて対応する。医療機関の受診が必要な場合についてあらかじめ決めておく。〇嘔吐や下痢が激しく、１日以上続き、食事摂取が不可能な状態が続くとき〇高血糖（350mg/dl 以上）と尿中ケトン体陽性が１日以上続くとき〇38℃以上の高熱が 2 日以上続き、改善傾向が見られないとき〇腹痛が強いとき〇胸痛や呼吸困難、意識混濁がみられるとき〇脱水症状が激しい、あるいは著しい体重減少がみられるとき〇インスリン注射量や経口血糖降下薬の使用量が、自分で判断できないとき。上記を本人・家族に指導する。困ったことや判断に迷うことがあればまずはお電話下さいと伝える。
看護	シックデイへの対応について、再発予防のために以下の点を指導していく。 シックデイルールの教育、自己管理能力の向上、DKA 予防法について指導を実施していく。 低血糖症状の有無を確認し対応を指導する。シックデイ時の対応を確認する。 SMBG や CGM の結果から血糖変動の要因としてインスリン量、食事量、食事内容、運動量などを把握できるように支援する。 低血糖の原因を T さん、家族を含めよく話し合い、その結果を踏まえ最初防止のための指導を行う。主治医に相談し、暁現象、ソモジー効果がないかを確認するため、血糖モニター（CGM）を使用し、深夜や早朝などの低血糖把握を行なっていく。 T さんに関わる支援が必要なため、学校関係者や家族などにシックデイ時の対応方法を再確認し、低血糖時の対応を再指導を実施していく。理解を深めていく必要がある。
看護	2 日以上持続する発熱 下痢おうと 食事量が普段の半分以下 ベーサルはそのまま、ボーラスを血糖に合わせて打つ
看護	風邪による下痢・嘔吐時のシックデイルールを確認する。 自己判断で、自己注射をやめていないか。

職種（略）	4-5.2_Tさんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	水分摂取をしているか。尿検査やSMBGをして確認しているか。 安静と保温が出来ているか。 医療機関の受診のタイミングやどこを見ていくかなども詳しく説明しておく。
看護	今回のシックデイの対応について振り返りながら、できていた部分をまずは確認し承認する。 下痢と嘔気はいつからあったのか、食事の摂取状況はどうだったのか、飲水はできていたのか、インスリンの投与状況はどうだったのか、血糖値のモニタリングはできていたのか、シックデイの対応方法についてはどのような理解だったのかを確認する。 　まずは、基礎インスリンは欠かすことがないことをお伝えする。血糖値のモニタリングを行い、状況によっては補正インスリンを投与する必要があること（判断が難しい時には医療機関に相談すること）をお伝えする。 　体調を早く戻すために、安静と栄養が重要であり、食べやすいものを少しずつでも摂取すること、下痢や嘔気があるからと言って水分摂取は避けないことをお伝えする。 　症状が改善しないなど、医療機関を早期受診しないといけないタイミングについてお伝えする。
看護	シックデイの時に身体に起こっている状態、変化を分かりやすく説明する。 シックデイでは、いつもよりもSMBG回数を多くして、普段との血糖の変化を注意して捉え、食事と関連のない時間帯でも血糖値が高い場合は補正するように、その方法を説明する。 脱水は高血糖を招くため、水分補給を欠かさないように伝えつつ、その時に摂取が推奨される水分を具体的に説明する。 ショックデイの際に推奨される食事内容も伝え、学校でどうすればいいか、親にどのような協力をえたらいいかなどの具体的アドバイスを行う。
看護	発熱、下痢、嘔吐症状があり、血糖コントロールが悪くなったときに医療機関に受診を進める。 脱水を起こさないために、水分摂取を促す。 食欲がなくても炭水化物を摂取するように促す。（おかゆ、ジュース、うどんなど） インスリン注射を自己判断で中止しないように説明を行う。 自分で判断できない時は、必ず医療機関に連絡を取るように説明をする。 血糖測定も中止せず行う。 症状が1日以上続く場合は早めに医療機関に受診するよう説明する。
看護	低血糖を起こしてしまった、またはDKAを起こしてしまったなどということは、患者にとって身体的にも精神的にも負担が大きい。低血糖を起こしたくないから血糖値を高めにしておきたいなど、今後の血糖管理に影響することもあるので、精神的なサポートをしつつ、振り返りをしっかり行い、経験から一緒に学び支援する。 　学童期?思春期においては、自己管理を自身主体に移行していくが、困ったときに両親に相談に相談ができるよう、両親にも対応方法については説明し、必要なタイミングで声掛けしてもらうよう、話し合っておく。 　他の患者の成功例なども紹介する。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
看護	シックデイルールについて保護者も含めて確認しておく。起こり得る状況を想定し、そのときの対処について具体的に示しながら一緒に考える。血糖値がこのくらいになったら、何℃以上の発熱がどのくらい続いたら、食事量がどのくらいだったら…など具体的な数値や目安を示しながら説明する。また、医療機関に相談する方法（外来の連絡先など）を確認して知らせておくことで落ち着いて対応できるようにする。
看護	今回のシックデイの状況をＴさんと一緒に振り返る。意識状態が悪くなり受診するにいたったことについて、食事が摂れないということでインスリン注射をしなかったことが重大な要因であることを説明する（Ｔさんを責めないように）。シックデイでは血糖値がどのような状態になるか、また、シックデイ時の対応についてどの程度理解しているかＴさんに確認しながら、正しい情報を伝える。シックデイ時には、ストレスホルモンの影響で飲食ができなくても血糖値が上昇しやすい傾向にあること、その状況で全くインスリン注射をしなければケトアシドーシスの状態になることをわかりやすく伝える。シックデイ時にはいつもよりこまめに血糖測定をすること、基礎インスリンは中止せずに注射すること、超速効型インスリンについては血糖値と食事量をみながら調整することを説明する。受診や医療機関への連絡が必要な状況について説明する。体調不良で自分自身で血糖測定やインスリン注射が困難な時は、家族に手伝ってもらうことも必要だと伝える。
看護	シックデイとはどのような状況のことを言うのかを今回の症状と照らし合わせて説明する。そして、シックデイルールにつては安静にすること、脱水に注意し１．５Ｌ～２Ｌ程度の水を意識して飲むこと、絶食は避け炭水化物１５０ｇぐらいを意識して食べやすいものを食べ、その量に応じて超速効型インスリンを食後に打つこと、基礎のインスリンは中止しないこと、血糖値をこまめに確認することを説明する。インスリンの調整方法に関しては事前に主治医と相談し、方法を記載したものを渡す。また、受診が必要な状態についても説明し、迷ったら電話で相談するように伝える。T さんだけでなく、s 同居する家族にも再度説明が必要である。
看護	まずは基本的な感染対策を伝える。手洗い、アルコール式消毒、うがい、マスクの着用について感染対策をすること。シックデイ時は水分補給、下痢や発熱など脱水傾向の時は経口補水液を少量ずつ頻回に摂取する。また消化のいいもの、おかゆやスープ、ゼリーなど食べられるものがあれば少量でもいいので摂取してもらう。また血糖測定を行い高血糖になっていないか確認する。事前に食事量に合わせたインスリン量を事前に決めておき、基礎インスリンは半量でも打つようにする。病気の時は早めにかかりつけ医に連絡するようにと伝える。
看護	体調を崩してもインスリンを打たなくていいというわけではなく、体調を崩したときは血糖値が高くなっている可能性がるため、しっかり血糖測定を行い、インスリンを施注する必要がある。体調が悪いときは、無理に動かず、安静にすることも大切である。食事が食べられるのであれば普通に食事を摂取してもらうが、食欲が低下している時は、うどんやおかゆ等の消化のいいものを摂取し、インスリンを施注してほしい。食事や水分も取れないような時は病院に連絡してどのように対策していくのが望ましいか相談してほしいということを伝える。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
看護	まずは今回対応がうまくできなかった原因を探る。(シックデイをどの程度理解しているか確認する)体調不良時に主治医または医療機関に相談できるか、もし休日であればどこに連絡すれば良いのか伝えておく。食欲がなくても、お粥や果物、うどんなど消化の良いものを選択し炭水化物を補給してもらう。もし食事が摂取できなかったとしても、脱水予防のためにも水やお茶などで水分摂取を心掛けてもらう。ジュースやポカリスエットなどを多量に飲まないように注意する。１型の場合、食事量が減ったり、全く食べられない時でも基礎インスリンは原則として中止したり減量したりしないこと、追加インスリンは状態に応じ血糖自己測定を行いながら増減すること、超速効型インスリンは食直後に施注しても良いことを伝える。異常時に対処できるように事前にケース別で主治医に対処法(インスリン量の調整の仕方)を確認しておく。Ｔさんだけでなく、家族や学校にシックデイルールを理解してもらっておく。
看護	患者・家族にシックデイの説明をして、集団生活の中では感染予防が大切なことを説明する。常日頃からうがい、手洗い（アルコール性手指消毒剤の使用)、マスクの着用は行うが、COVID-19、インフルエンザ、感染性胃腸炎など流行期には特に注意するよう説明する。 高熱や嘔吐下痢、全身倦怠感があっても基礎インスリンは中止しないこと、食事摂取状況によって追加インスリンは調整することを説明する。前もって医師からシックデイ時の対処方法は聞いておき、スライディングスケールを血糖自己管理ノートに記載しておく。 高血糖が持続、高熱が持続、水分も摂取できない状態で脱水状態などがあれば、我慢しないで医療機関を受診するよう説明する。
看護	シックデイについて家人・学校にも再度伝える。前兆がある場合は早めに対処をする。食事が取れなくてもインスリンは施行し、食欲がなくても炭水化物を補給できるようにあらかじめ準備をしておく。
看護	再度、１型糖尿病についてと、インスリン注射の働き（基礎分泌・追加分泌）について説明する。シックデイ時になぜ血糖値が上がってしまうのかの説明もさせてもらう。こまめに SMBG を行うことで、体調の変化に気が付きやすくなることを説明する。状況に応じて、SMBG の機種やインスリンデバイスについてもより管理しやすいものもあること（インスリンポンプやＣＧＭ）の情報提供も本人・両親に行う必要も考える。
看護	発熱、嘔吐、下痢などシックデイの際にも、インスリン投与を中断してはならない。健常人のインスリン分泌は、基礎インスリン分泌と追加インスリン分泌がある。食事を食べていない時間帯であったとしても基礎インスリン分泌によって、血糖値の上昇が抑えられている。1 日 1 回打つインスリンは基礎インスリンの役割をするため、1 日 1 回時間を決めてうっているが、決してやめてはいけない。1 日 3 回打つインスリンは追加インスリンの役割をするため、食事の直前に打つが、食事量と時間に合わせてインスリンを打つことで、血糖値の上昇が抑えられる。 本人・ご両親へは説明を行うが、加えて学校の先生など見守ってくれる人がいるなら、あらかじめ伝えておく必要がある。インスリン注射を決してやめてはいけないこと、食事がとれない時もおかゆなど食べやすいもので摂取すること、水分摂取はこまめに行い脱水の予防が必要なことなど、シックデイ時の対応について説明する。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
看護	体調不良時は安静と保温に努め、早めの医療機関への相談と受診をすすめる。 水分は水かお茶で 1L/日以上はとり脱水を予防すること。食欲がなくてもおかゆやうどん、ジュース等の炭水化物を１回 150～200ｇはとること。基礎インスリンは中止しないこと。追加インスリンは食事量と SMBG に応じて打つこと。判断がつかない場合は病院に相談すること。下痢や嘔吐が１日以上持続したり食事がとれない場合、血糖 350ｍｇ/?以上や尿ケトン陽性が１日以上持続、３８度以上の熱が２日以上持続、腹痛や呼吸困難、意識混濁するような場合は必ず受診をするよう指導する。 感染や消化器疾患、外傷、ストレスなど併発することでシックデイの状態になりインスリン作用が低下し食事がとれなくても高血糖になりやすい状態になること。急速に病状が悪化し命に係わる状態になるリスクを説明し、何事も早めに相談、受診をするよう指導。本人・家族にも上記記載したパンフレットをお渡しし再発予防に努めていただく。
看護	食べないから血糖値はあがらないと考えるのは間違い。シックデイについてをもう一度説明する。食欲がなくても嘔吐がなく食べられる状況であれば、エネルギー確保の為にうどんやジュースなど炭水化物群は摂取すること、基礎インスリンは絶対に中断しないこと、追加インスリンは SMBG をみながら半分減量や調整をすること、決められない時はすぐに受診する事を説明し、その他不安な要素を確認し対応していく。
看護	体調不良で食事が摂れないときも基礎インスリンの持効型インスリンは中止しないこと。 シックデイには食事が摂れない場合でも、コルチゾールやアドレナリンが分泌され高血糖になる場合もあるため SMBG は必ず行う。 高血糖時の追加インスリンの量をあらかじめ医師と相談し決めておくことを説明する。
看護	シックデイについて説明をし、体への影響を説明する。高血糖になることが多いが、その理由はインスリン拮抗ホルモンの増加で、インスリンの作用が低下しているためである。だから、下痢や嘔吐で食事が摂取できない状況になるが、血糖値は高めのことが多い。体の中は脱水状態で電解質も失って、危険な状態となるため安静と保温が大切である。シックデイルールとして、食欲がなくてもうどんやジュースなど炭水化物を補給し、水分をとる。また、ストレスがかかった状態で、血糖が高めになるので食事がとれなくても基礎インスリンは自己判断で中止しないことがポイントとなる。いつもより、こまめに血糖測定をして血糖値の動きを知ることでインスリン量を調整できることを指導する。しかし、下痢・嘔吐のために 1 日以上食事がとれないときや意識がもうろうとしたり、高血糖状態が続き追加のインスリン量がわからないときなどは早めに病院に連絡することを指導する。シックデイのときは、自己判断するとかえって重症になる場合があることを説明し、病院に連絡し受診するように指導する。
看護	シックデイの説明をして、血糖値が乱れやすい事を伝え理解できるように関わる。血糖コントロールをしっかりしていても風邪をひいたり、お腹をこわしたりして糖尿病以外の病気にかかることがあります。シックデイの時は、体にストレスがかかりストレスホルモンが分泌されて異常事態に対処しようとして血糖値が上がることをイメージしていただく。シックデイの時は、さらにインスリン分泌や働きが悪くなるので血糖値は思いのほか高くなりやすいことを伝える。糖尿病以外の病気にかかると体の免疫力が落ちるのでますます病気が悪化し

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	たり回復が遅くなります、発熱して下痢が続くと脱水状態になり血糖値がいっそう高くなることも伝えます。体調がよくないときは、自分の体の状態を冷静に把握するように心がけることも大切です。SMBG 測定も頻回に測るよう説明。状態に応じて医療機関に相談しシックデイの時の対策を一緒に考えることが大切。医療機関へ受診・相談する際のポイントが書かれた表をお渡しする。
看護	本人と家族へ「シックデイは感染症や消化器疾患・外傷・ストレスなどを併発することで起こる。日ごろから、感染症の予防が大切である。標準的な手洗い・うがい・マスク着用をおこない、できるだけ加熱されたものを摂取すること、怪我してしまった時は、傷の洗浄・消毒はきちんと行い、早めに医療機関を受診すること、疲れがたまらないように睡眠はしっかりとること」などを説明する。また、「万が一、シックデイの症状があらわれた時には、安静と保温に努め、食欲がなくとも水分はこまめに 100～1500ｍｌしっかりとり脱水を予防すること、おかゆやうどんなど食べやすい炭水化物を食べるようにすること。早めに医療機関を受診することシックデイの時は、血糖が高めになることが多いので、血糖自己測定をしながら基礎インスリンは続け、追加インスリンは食事摂取量に合わせて食直後に注射すること。」を説明する。食事量に合わせたインスリン量はあらかじめ主治医へ相談し、指示を仰いでおく。
看護	受診が必要な事項を説明する ぶどう糖の、持参を確認する
看護	知識の再確認、知識の理解と実行できるか、言葉で言えるレベルか確認する。１）シックデイとは、発熱・下痢・嘔吐などの体調が悪くて食事がとれない時。２）体調が悪い時の血糖値はどうなるか？：血糖コントロールが悪くなる。感染症や外傷やストレスでも起こる。インスリンが効かなくするホルモンが増えて、いつもと同じにインスリンが効かなくなり、血糖が高くなる。３）どうするか？：①安静を保温②水、お茶で水分をしっかる。脱水にならない。ポカリスエットでもいいが、飲みすぎに注意。③食欲がなくてもおかゆ、うどん、スープなど炭水化物をとって、〇〇色の１日効くインスリンは絶対中止しない。いつもと同じ量を打つ。④□□色の食事前のインスリンは、血糖値が〇以上ならいつも通りに打つ、〇以下なら、〇単位減らして打つ約束。薬も朝の薬はやめない。４）絶対受診する場合①電話してから受診②下痢嘔吐がひどく、食事が 1 日取れない時③高血 350 以上と尿中ケトン陽性が 1 日以上続く③38 度以上の高熱が 2 日以上続いてる④腹痛が強い時⑤共通や呼吸困難意識混濁がある⑥インスリン注射ができず、薬の服用もできず、考えられない時は受診する。
看護	シックデイのときは 3?4 時間毎で自己血糖測定を行いこまめに検査を行っていればわずかな変化も見逃さず早めに対処できます。なにか気になる変化があれば医療機関に受診をすすめます。また、シックデイの予兆があれば覚えておくと次の症状が早く対処できます。
看護	普段からシックデイルールについて指導し本人、家族が慌てずに対応できるようプリント等で見える化しておく。１）安静、保温に努め早めに医療機関に連絡をする。２）水やお茶などで水分をしっかりとって脱水予防に努める。(1000mL/日程度)。３）食欲がなくてもおかゆ、うどん、ジュースなど口当たりの良いもので炭水化物を補給する（150～200g/日程度の糖質摂取。）４）自己判断でインスリンを中止しない。シックデイの時は普段よりインスリン

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	の効きが悪くなり、食事量が少なくても血糖値が高めになる事が多い。そのため食事がとれなくても基礎インスリンは必ず打ち、追加インスリンは食事量や SMBG に応じて調整をする。 ５）下痢嘔吐で全く食事が摂れない、３８℃以上の発熱が 2 日以上続いて改善が見られない、血糖値が３５０mg/dL 以上、尿ケトン陽性が 1 日以上続く、強い腹痛、胸痛や呼吸困難、意識混濁が見られる、自分でインスリンの調整が判断できない場合は医療機関に連絡して休日でも受診するよう指導する。
看護	家族の協力を得ながら、病院への緊急連絡先をつたえながら、食事量や調理方法を栄養士と考えながら調理したり、運動では運動量の範囲を理学療法士のアドバイスをもらう。 体調変化があれば、相談できる家族、友人に話し対応できるようにする。 学校生活においては、先生、保健師などに話して置き、学校生活での変化が対応できるようにする。 インスリンの打ち忘れがないように、家族や周囲から声をかけてもらうようにする。 低血糖予防として、ブドウ糖の持参をしておく。
看護	下痢と嘔吐の症状が出現した時の状況を聞きながら、その時身体に何が起こっていたのかを説明する。 今後もし体調を悪くした際も高度な脱水は高血糖を助長させ、高血糖は脱水を招くという悪循環を生むため、持効型インスリンは欠かせないこと、できる限り水分摂取と脱水予防を心掛けること、食べられるものを食べること、症状が 1 日以上改善しない時や食事が食べられない時、高血糖が続く時などは早めに病院に連絡してよいことを伝える。 また、家族にも同様の説明を行い、本人が不調で実施できない時も家族が観察しインスリン注射の実施ができるよう支援する。
栄養	シックデイの時こそ血糖値を測るようにすることを指導する 場合によってはフリースタイルリブレを導入検討する
栄養	シックデイとは糖尿病患者が発熱や下痢、嘔吐が出現することによって血糖コントロールが著しく困難に陥った状態ということをまず知ってもらい、対応を誤ると急速に病状が悪化し、場合によっては昏睡を起こして死亡する可能性があるということを説明し、理解していただく。また、シックデイに陥ってしまった場合の対応を説明する。安静と保温に努めて早めに医療機関に受診すること、水やお茶などで水分摂取を心掛け、脱水を予防すること、食欲がなくてもおかゆジュースなどで炭水化物を補給すること、そして最も大切なことは、自己判断でインスリン療法を中止しないこと。食事が摂取できなくてもインスリンを中止しない。1 型糖尿病の場合は、原則として、基礎インスリンは減量しない。追加インスリンは食事量、血糖自己測定値によって増減することをきちんと説明し再発防止に努めていく。
栄養	シックデイに対する認識が薄かったのかもしれません。今後も同様のことが起きるかもしれないこと、その場合の注意点など理解を深め、再発の予防を行います。今回のシックデイ時にどのような行動をされたか詳細まで聞き取って、インスリンや食事について、また準備しておくことなどお話しして自分でできる場合と、家族や先生などの協力が必要な場合にどのように行うか、本人や家族にもしっかり考えてもらって再発予防を行いたいと考えます。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
栄養	対応ができなかったことが何かを確認して、なぜできなかったかの理由をうかがう。インスリン注射をやめてしまう場合は、必要性について再確認し、家族がいれば血糖値の確認やインスリンの注射の協力を得る。飲水ができない、血糖が 350mg/dL 以上、また胸痛などいつもと違う症状がでるようであれば連絡し受診するように。シックデイの対応について記載した資料を作成しお渡しする。
栄養	どううまくできなかったのかを振り返る。そして、低血糖時やシックデイ時の対策を資料やパンフを用い、理解できるまで確認しながら説明する。また、不安に思うこと、色々な状況を提案し対策イメージを持ってもらう。また、家族へ協力体制を図る。
栄養	患者が使用しているインスリンの種類や量、内服している血糖降下薬により、シックデイの際のインスリン注射のルールを決めておく。また、シックデイで食欲が無いときに飲食するものについても予め情報を提供しておく、体調の不良が続き受診が必要である場合、どのような状態になったら受診が必要かも情報提供し、理解できているか、覚えているかの確認を行う。両親や学校へもシックデイのルールについて情報を提供する。
栄養	シックデイにはどんなことがあるのか改めて指導する。その上で、症状が出たときに協力してもらえる人はいるか、また、自分で対応できることはありそうか一緒に考える。シックデイは命にも関わることなので対応が重要と説明する。
栄養	今回傾眠傾向にあり意識低下が認められたこともあり、再発防止が大切になってきます。しかし体調が優れないときには自己管理したり決められた事を遵守することは難しくなります。 シックディ時の本人の理解と対応ももちろん必要になってきますが、介護を担う家族が何を確認し、どう声かけをしたらよいか。関わり方を再度確認します。水分補給頻度や量、インスリンの確認だけでも声かけしてもらえたらよいのではないでしょうか。
栄養	脱水を防ぐために、水はお茶などで水分摂取をする（目標は１リットル以上）、食欲がなくても、炭水化物を補給するためにおかゆやうどん、ジュースなどをできるだけ摂取する。そしてインスリンは自己判断で中止をしないことを伝える。 基礎インスリンと追加インスリンの働きについて再度説明し、基礎インスリンは原則的に減量せず。追加インスリンは食事量血糖自己測定に応じて増減することを伝える、 安静と保温に努め、早めに医療機関に連絡する。 下痢嘔吐が 1 日以上続き、食事摂取が難しい時、腹痛や呼吸困難、意識混濁が見られる時、38 度以上の高熱が 2 日以上続いた時は休日でも医療期間へ連絡し受診をすることを伝える。
栄養	まずは主治医に連絡し指示を受けることが必要。 インスリン注射は自己判断で中止しない。基礎インスリンは基本的にしっかりと打ち、追加インスリンは食事量によって調整する場合もあるので、医師にあらかじめ聞いておく必要性あり。発熱や下痢、嘔吐がひどい時には必ず受診をするように説明する。 また、食事がとれない場合でも水分は十分に摂り、ゼリー飲料やジュースなどで糖質を補給することが必要。一番は無理せずに体調が悪い時には周りに助けを求めることを覚えていただく。

職種（略）	4-5.2_Tさんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
栄養	シックデイについて、感染症、消化器疾患、外傷、ストレスなどを併発することで起こること、インスリンの作用は著しく低下していて、食事摂取が低下しても血糖値は高めの事が多いことを説明する。 　安静と保湿に努め、早めに病院に連絡すること、自己の判断で基礎インスリン注射を中止しないこと、追加インスリン注射は食事量やSMBGに応じて調整すること、食欲がなくても炭水化物を補給すること、水やお茶などで水分補給を心掛け、脱水を防ぐことを説明する。 また、シックデイの時は本人の判断力が低下している事も考えられるため、ご家族に、シックデイについて理解してもらい、上記対応を取ってもらうように指導する。
栄養	シックデイは基本的に血糖が高くなるが、当てずっぽうでは対応できないためまずは血糖値を確認すること。その上でインスリン注射を中止したりはせず、水分補給も重要であることを伝え、不安があれば遠慮せずに主治医に連絡するように指導する。
栄養	ご本人へは体調がいつもと違うと感じたら我慢しないでなるべく早くご両親に伝えるようにお願いします。遠慮して具合が悪くなってしまってからの対処だと回復するのに時間がかかったりするので、「あれっ、いつもと違う」と思ったときに言っておいてもらうと助かるな、と伝えます。熱が出たり下痢や嘔気があるなど具合が悪くなってしまうと年齢的に自分の判断で医者に行こうとか水分をとろう、インスリンをどうしようといった判断は難しいと思われます。ご両親へ本人から体調がいつもと違うと申し出があった場合は学校を休ませるなどの早めの対応をお願いしたいと思います。シックデイルールについては医師や看護師から十分説明を聞くと思うのでそれに沿った対応をすること、水分をとったりすることは応急処置で、症状の元になる感染などをしっかり治療しないといけないことをお話しします。
栄養	食事時間は規則正しく出来るだけ同じ時間にとるようにし、取れなければ水分摂取をしっかり行い脱水にならないようにする。食欲がなくてもおかゆやうどん、ジュースなどで炭水化物を補給する。インスリンを自己中断せず基礎インスリンは中止しない。追加インスリンは血糖自己測定を行い量を調整するなど再発予防を確認する。もし1日以上食事摂取ができなかったり350mg/dＬ以上の高血糖が続く、38度以上の高熱が2日以続くなどの症状がある場合にはすぐに受診することも伝える。
栄養	Tさんには、体調がいつもと違って食事がとれないときでも自己判断によりインスリン注射を中断しないこと。具合が悪いときには我慢せずにすぐに誰かに伝えて協力を仰ぐこと。そのために医療機関・家庭・学校・友人関係など本人の意向を聞いて、サポートしてもらえそうな信頼できるキーパーソンを見つけ、彼らに対してシックデーとその時の対応について一緒に学んでもらえるように協力を依頼することが必要があることを理解してもらいます。シックデーについての説明はいつもと体調が違うとき、例えば下痢・発熱・嘔吐・食欲不振などを放置しておくと命に係わる重大な事態（昏睡から死亡）に陥る可能性があること。風邪などの感染症や消化器疾患、外傷、ストレス（心的・外的）などにより誘発されることで起こり、インスリン作用の低下により食事を摂取できなくても高血糖状態であることが多いことを承知しておくこと。水やお茶類などで十分な水分摂取を心掛け、食事が取れるときは消化の良い麺類やお粥などの炭水化物を摂取すること。安静と保温に務め、すぐに医療機関に指示を仰ぎ投薬や食事、受診についての指示を仰ぐこと。以上から再発の防止に努めます

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
栄養	シックディの食事の注意点 ①脱水への対策（水分摂取の目安は 1000 - 1500?。体温程度に温めたお茶や水などが良いです。 スープや味噌汁で水分やミネラルをとるなどの工夫をする。スポーツドリンクは糖分が入っているため注意する。） ②エネルギー不足の対応（食べやすい炭水化物がおすすめ、おかゆや煮込みうどん、口当たりの良い麺類など。絶食状態にならないように工夫する。ケトアシドーシスを起こすことがある。 食事を撮れなければ早急に医療機関へ行くように。） 自己状態を知るために、血糖測定は 3-4 時間に 1 回、血圧や脈拍、体重や自覚症状など記入しておくことが大事。
栄養	シックデイがどういうものなのかを理解してもらう。今回うまく対応できなかったのは何が原因だったのかを考える。感染症や消化器症状でなりやすい。食事を摂れなくてもインスリンの量を勝手に中止しないようにする。水分の摂取をこころがけ、脱水に注意する。食欲がなくても炭水化物を中心に食べるようにする。
栄養	医師にシックディ時のインスリン等の対応を確認し、本人と話ながら理解度を確認する 本人にどんな症状で、対応ができなかったか？を確認する 低血糖のリスクを確認する。
栄養	なぜシックデイの対応がうまくできなかったか確認しながら傾聴します。不安なことがないかなども確認します。今後どのように対応すればいいかお話しします。安静と保温に努め、早めに主治医及び医療機関に連絡をします。水やお茶などの水分補給を心がけ１日 1000ｍｌ以上摂取を促し脱水防止に努めます。食欲がなくても、おかゆやうどんジュースやアイスなど１日 150ｇ～200ｇ程度の糖質を補給します。自己判断でインスリン注射を中止しせず、食事が食べられなくても持効型のインスリンは打つようにします。追加インスリンは、食事量やＳＭＢＧにて血糖測定を行いそれに応じてインスリンを打つようにします。下痢・嘔吐が 1 日以上続き食事摂取ができない、高血糖（≧350ｍｇ／ｄｌ）尿ケトン陽性が１日以上続く、38.0 度以上の高熱が 2 日以上続き改善が見られない、腹痛が強く、胸痛や呼吸困難、意識混濁、インスリン量の調節ができない時は速やかに医療機関へ受診することを説明します。
栄養	シックデイとはどんな状況・状態になった時を指すか指導をします。また、そのような状況になった時の食事の取り方やインスリンの打ち方についても予め医師と相談に決めておきます。
栄養	食欲がない場合でも食べられるものを摂取できるようなものを検討しておく。またレトルトなどの食品を常備しておき、すぐに対応が取れるようにする。 また脱水の回避のため水分摂取が行えるように心がけることを伝える。 SMBG を行い、インスリンを調整、不安なら病院を受診することを伝える。
栄養	日頃より風邪や食中毒等の感染対策、怪我等に充分注意するよう指導する。シックデイは昏睡や死亡に至る場合があることを説明し理解してもらう。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	シックデイでは食事量が少なくても高血糖であることが多く、SMBG 等で確認することの重要性を説明する。 また、インスリン注射は自己判断で中止せず、特に基礎インスリンは注射をすることを指導する。追加インスリンは食事量や SMBG の値を見て量を決めて注射するように指導する。 水やお茶による水分の摂取を 1 リットル／日以上行うようにし、食事は食欲がない場合でも、粥やうどんやジュースなどで 150～200ｇ／日の炭水化物を摂取するように指導する。 安静・保温に努め早めに医療機関に連絡をすることも指導する。
栄養	早めに医療機関に連絡し、指示を仰ぐよう説明する。 それまでには安静と保温を保ちつつ、水分補給と、粥やうどん、果物やジュースなど炭水化物の摂取するよう。また、基礎インスリンは継続とし、可能であれば、SMBG を行って、インスリンを減量しながら追加インスリンも注射できると良いことを伝える。 1 人で抱え込まず、保護者や学校の先生、友人などとも共有し、周囲の人に協力してもらいながら、対応できると良いことを伝える。
栄養	シックデイの対応について、安静保温に努め早めに主治医または医療機関に連絡する、水やお茶などで水分摂取を心がけ脱水に注意する、食欲がない時はおかゆ・うどん・果物・ジュースなどで炭水化物を補給する、食事が摂れなくても自己判断でインスリン注射を中断しない事などを説明したいと思います。
薬剤	シックデイでは、食事が通常通り摂取出来ない状況から、インスリン注射を中断しがちであるが、１型糖尿病ではインスリンの補充がないと、生命にかかわる急性合併症を引き起こしかねないこと十分に説明しておく。シックデイの際は、こまめに血糖を測定すること、基礎インスリンは通常通りの投与が必要であること、食事内容に合わせて、追加インスリンの補充を行う事の必要性を説明する。また、水分の摂取をこまめに行う、スープやおかゆなど、消化が良く、食べられるものを摂取し、頻回の血糖測定を行いながら経過を観察すること、水分や食事摂取が難しい場合や、３５０mg/ｄＬ以上の高血糖が持続する場合はかかりつけ医療機関を早急に受診するように説明する。
薬剤	シックデイの対応がうまくできなかった原因を探る。症状が発現してからの行動や対応方法を傾聴する。そして、シックデイの症状（発熱や下痢、嘔吐）を説明し、安静と保温に努め、できるだけ早く主治医まあは医療機関に連絡して助言を受けるようにする。すぐに受診できない可能性も考慮して、脱水を防ぐため水やお茶の水分摂取を 1000～1500ｍｌ摂取すること、食事や糖質補給が最優先であり、食欲がなくてもおかゆ、うどん、ジュースなどの炭水化物を 1 日 150～200ｇ補給すること、自己判断でインスリンを中止しないこと、基礎インスリンは中止せず、追加インスリンは食事量および SMBG に対して対応すること、ＳＭＢＧによりこまめに血糖値の動きを測定し、適宜追加インスリンを補充することを説明する。シックデイの対応できなかったことを責めるのではなく、今後対応できるように寄り添いながら指導する。
薬剤	まずは今回のシックデイの症状の時系列を書いてもらいます。次に血糖の変動と食事内容を書いてもらいます。　そこで、ポイントになる部分を解説していきます。T さんに「こうしたら良かった」をたくさん挙げてもらいます。　最後に「こうしたら良かった」は実現でき

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	るか考えます。必要物品や機器を事前に用意可能であれば親御さんにこちらから説明するのも方法だと思われます。糖尿病の知識が不足して気づかなかったことなどを話合います。シックデイが軽症なうちに原因と結果について学習しておかないと DKA を発症する要因につながりますので知識と経験は大事であることを伝えます。
薬剤	血糖コントールをしっかり続けていても風邪を引いたり、おなかをこわしたりと、糖尿病以外の病気にかかることがある。そのような場合、血糖値は高くなりやすく、脱水、ケトアシドーシスという危険な状態になってしまうこともある。シックデイ時には安静と保温に努めてできれば受診する。水分（水やお茶）は 1 日 1,000mL 以上摂取し、食欲が無くても炭水化物（おかゆ、果物、麺類、ジュース）は 150-200g/日は摂取すること。インスリンはシックデイでも中止はしてはいけない。シックデイルールをきちんと理解し、医師の指示や医療機関に連絡するタイミングを間違えないよう説明する。SMBG を使用しながらインスリン量を調整する。また食事がとれなくてもインスリンは中止しないことを理解し、対応が遅くならないように友人や学校にも知らせ、糖尿病カードなどを持ち歩くようにする。 低血糖の時のブドウ糖やそのあとの補食、またはグルカゴンの注射は困難であればバクスミーの処方をしてもらい、使い方を友人や学校の先生などにも知ってもらう。
薬剤	発熱、嘔気や下痢など感染症が疑われる場合や食事が摂れないときはまず医療機関に相談することを指導する。 1 型糖尿病ではシックデイではインスリン施注を全て中止することは危険であり、持効型インスリンは継続することを理解させる。 こまめな水分摂取を心がけ脱水予防に努めること、またうどんやおかゆ、ジュースなど口当たりの良いもので炭水化物として 1 日 150 から 200g 程度の摂取を勧める。具体的な食事内容は栄養士からの指導を依頼する。食事量、血糖値に応じた速効型インスリンの単位数を事前に医師と協議して指示された単位数を施注するように指導する。 下痢、嘔吐が続き 1 日以上食事が摂れない、高血糖が 1 日以上続く、高熱が 2 日以上続いたり腹痛や胸痛、呼吸困難などの症状が見られるときには早急に受診が必要である事を指導する。 何より感染症に罹らないために十分な栄養と睡眠をとることが重要であることの理解をさせる。
薬剤	食事が続けて取れない場合などあらかじめインスリン注射の継続の有無を主治医と取り決めておき、患者と家族、可能であれば学校へも対応を伝えておく。困ったときは自己判断せずに早めに病院に連絡をし、指示を待つ間は脱水予防に努めるように指導する。
薬剤	シックデイにおいて、食事が摂れないからとインスリン注射をしていなかたりしないか？インスリン注射をしていないから血糖測定もしていない事はないか？具合の悪い日においては食事があまり摂れなくても血糖が高い場合が多いことに気づいているかを確認したい。食事が摂れなくてもベーサルインスリンを注射する必要があることを身を以て体験する事で今後のシックデイへの対応もできてくる様に感じます。具合の悪い日には小まめな SMBG が必要かもしれません。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
薬剤	まずは、シックデイへの対応について患者がどうのようにしているかを確認する。誤った知識や対応があればまずはそこを改善していただく。次にうまく対応できなかったときの原因や状況を患者と一緒に考え、解決策を一緒に考える。できれば書面で患者に説明する。こちらからの一方的な説明では、実行できなかったり、わかっていても実行できない事情を拾い上げることが難しいと思うので、私は患者と一緒に考えるようにしています。特にインスリンを自己中断してしまうと、ケトアシドーシスを引き起こす要因になるため、インスリンのシックデイ時の指示については事前に医師に確認するようにしている。自己判断は危険なので、対応に困ったら病院に連絡するよう伝える。
薬剤	今回のシックデイで起こったことをまず振り返る。症状や食事量、血糖値の推移、実施したインスリン量を書き出して一緒に振り返りを行っていく。持効型インスリンは休止せずに継続し、超速効型インスリンは血糖値を見ながら実施することを確認する。対応が分からなければすぐに病院に電話すること、また症状が 1 日以上続くときは受診することが重要であることを指導する。本人への指導とともに、家族への指導も行う。
薬剤	シックデイ時はインスリンの作用を妨げるホルモンにより、通常よりも血糖値が高値となりやすいことを説明する。しかし、食事摂取量が安定しない場合も多いため、摂取量を見てインスリンの用量を調節し、食後に注射するといったポイントも指導する。その時でも基礎インスリンは必要であるため、中断は絶対にしてはならないことを説明する。血糖値上昇により尿糖も増え、水分摂取が十分にできていないと脱水となり、ますます体調が悪くなる悪循環につながることを説明する。
薬剤	シックディは発熱や下痢、嘔吐が出現することによって血糖コントロールが著しく困難に陥った状態で対応を誤ると急速に病状が悪化し、昏睡を起こして死亡する場合もあることを自覚していただく。今回のシックディへの対応でどの点が良くなかったかを本人と確認し、ルールについて確認する。安静と保温に努め、早めに主治医・医療機関に連絡する。水やお茶などで水分摂取（1000ml 以上）を心がけ、脱水を防ぐ。食欲がなくても、おかゆ、うどん、ジュースなどで炭水化物を補給する（1 日 150ｇ～200ｇ程度の糖質摂取）。自己の判断でインスリンを中止しない。食事摂取ができなくてもインスリンを中止しない。追加インスリンは食事量および SMBG に応じて対応する。ただし次のような場合は、休日でも電話連絡をしてから受診する。下痢や嘔吐が激しく、1 日以上続き、食事摂取が不可能。高血糖（350 mg/dL 以上）が 1 日以上続く。38℃以上の高熱が 2 日以上続き改善傾向がみられない。腹痛が強い。胸痛や呼吸困難、意識混濁がみられる。インスリン注射量や経口血糖降下薬の服用量が自分で判断不能な場合は受診する。以上のルールを説明し順守していただく。
薬剤	まずは決して自己判断でインスリンを中断しないように説明し、安静と保温をしたうえで少しでも食べることができるならスープなどで十分に水分を摂り、お粥やうどんなどで炭水化物をとりましょう。可能ならこまめに血糖自己測定をして血糖値を確認することも大切です。 説明したようにしたうえで　症状が回復しないときやどのように対応していいか悩む場合は、電話などで主治医に相談をしてください。
薬剤	あらかじめシックデイ時の対応を医師に確認しておく。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
薬剤	シックデイの対処法は、血糖値が乱高下する可能性が高いため、血糖値の頻回チェック、基礎インスリン量は変更せず、追加インスリン量の調節をすることをあらかじめ医師と取り決めておく。バランスのとれた食事と水分補給は体調を整え、休息と回復を助けることを指導します。体調が回復しない場合や対処が困難な場合は、すぐに医療機関に連絡し指示を仰ぐように説明します。また、身近な人のサポートも大切なため教員との連携も必要なことも説明します。
薬剤	まずは、今回のシックデイ時にどのような対応（インスリン注射、食事、水分摂取の状況）をとったのか確認する。Ａさんはインスリン注射（特に基礎インスリンは中止せず、追加インスリンは血糖モニタリングしながら調節する）は中止してはいけない、下痢・嘔気があったようなので体を温かくして少しずつでも水分を摂ったり、うどんやおかゆなど消化に良い炭水化物を摂ったりすることを指導する。そして、下痢・嘔吐が続く、発熱が続く、高血糖状態が続くなど、対処が難しい時には早めに医療機関へ相談・受診することを指導する。
薬剤	T さんに低血糖の初期症状を理解し、早期に気づく重要性を説明します。頭痛、ふらつき、手の震えなどの症状があれば、それが低血糖のサインであることを理解してもらいます。 また、食事の計画を立て、糖質や栄養素のバランスを考慮してもらえるように説明します。 また、食事とインスリンのタイミングを調整し、血糖値の急激な変化を避けるよう指導します。 学校や日常生活での予測不能な状況への柔軟な対応大切で、急な運動やストレスが低血糖を引き起こす可能性があるため、その際の対処法も確認します。 T さんの理解度や生活状況に合わせて、教育プランを見直すことも大事で、具体的なシナリオや対処法を模擬することで、実践的なスキルを身につけてもらえるよう自己管理能力を向上させるサポートを提供します。
薬剤	シックデイ対応について改めて指導を行う以下のような点に留意して指導を行う。 ・十分に水分を摂る 1。 ・お粥やうどんなど摂取しやすい炭水化物を含む食品の摂取に努める ・インスリン注射は食事ができなくても、勝手に中止しない。医師と予め決めた対応を遵守 ・こまめに血糖自己測定をして、血糖値と病気の状態を確認する ・どのように対応していいか悩む場合は、電話などで主治医と相談をする
薬剤	T さんのシックデイで対応ができていないことを確認します。水分摂取ができていたか？炭水化物を食べていたか？インスリン投与を中断していないか？などその時のイベントを確認し、助言します。 また、出来ていない部分はなぜできないのかを一緒に考え、出来る方法を考えます。シックデイを自分で防げない場合は、医療機関を受診する必要があります。目安として下痢が 1 日以上続き食事摂取が不可能、高血糖が続く、38℃以上発熱が 2 日以上続く、腹痛がある、胸痛や呼吸困難、意識混濁がある、インスリン注射や血糖降下薬の服用量が自分で判断できない。
薬剤	＊なんか変だなと感じたら放置せず、自分の状態に意識を持っていってもらう。 ＊水やお茶などでの水分補給を行う。

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	＊食欲がなくてもジュースなどで 150～200g/日程度の糖質を摂取する。及び、対応可能な状態にしておいてもらう。 ＊我慢せずに医療機関に連絡する。せめて保護者には連絡してもらう。
検査	シックデイの対応として、安静にして身体を冷やさないように保温すること、水分を摂ること、血糖測定し血糖値をいつもよりこまめに測ることなどし、インスリンは勝手にやめないように、わからないときは病院に電話してくれるようにお願いします。心配なときはいつでも連絡してもらえたら受診できることをお話しします。
検査	体調が優れない時は SMBG でこまめに測定し高血糖が続くような時は早めに病院に受診するなど 連絡体制を整える。
検査	再度シックデイ時の対処方法を確認し、分からないことがあれば病院の緊急連絡先に連絡するよう伝える。 また体調不良時、本人が適切な対応が出来ないことも考えられるため、家族にも指導が必要と考える。
検査	シックデイについてインスリンは止めない事、糖分、水分は摂る事などの注意点などを話し、休日や時間外でも良いので病院に連絡し医師の指示を聞いてほしい事、また SMBG を使って血糖を測定し適切に対処していくように話します。
検査	風邪など体調のすぐれない時や体の具合が悪い時は早めに主治医または医療機関に連絡するよう伝える。脱水を防ぐために１０００mL 以上の水分摂取を心がける様にする。食欲がなくてもジュースや果物など炭水化物を補給する。特に大事な説明として、インスリン注射を自己の判断で中止しないことを指導する。食事が取れなくても基礎インスリンはいつも通り打つこと、追加インスリンは SMBG の結果を確認してインスリンの量を調整することを指導する。さらに嘔吐や下痢が１日以上続いたり食事が全く取れない状態が続いたり、高血糖が１日以上続くとき、３８度以上の高熱が２日以上続くなど改善傾向が見られない、腹痛が強い、胸痛や呼吸困難、意識混濁が見られる、脱水症状が激しい、著しい体重減少を認める、インスリン注射量が自分で判断できない場合は休日でも必ず医療機関に電話連絡してから受診することを指導する。
検査	食事がいつも通り取れなかったとしても、インスリン注射を中止することはないことを強調して伝える。低血糖に対する不安感が強い可能性があるので、インスリンを続ける必要性に関しては本人が納得するまでよく説明する。SMBG を行ってインスリン量を調整しながら注射することで低血糖を防げること、食欲がなくてもおかゆなどで炭水化物を補給することを伝える。
検査	風邪や続く嘔吐・下痢などで血糖コントロールが困難になっている状態がシックデイであるということ、食事を摂らなければ血糖値は上がらない、食べられないからインスリンは打たないほうがいいと思っているかもしれないので、まず、シックデイの場合は通常よりインスリンの効きが悪くなっているので高血糖になりやすい状態であることを話し、「自己判断では絶対にインスリンを中止しないように」ということを伝える。更に、普段より血糖コントロールが難しい状態になっているのでしっかり自己血糖測定を行いその数値によってインスリン量を増減しながら打つことの大切さを伝える。また、水分や炭水化物の摂取、医療機関を

職種（略）	4-5.2_T さんはシックデイへの対応がうまくできませんでした。今後再発を防ぐために、どういうことに留意して指導すればよいでしょうか？
	受診しなければいけない状態などについても話すが迷った時、相談したい時に連絡する所(電話番号など)を明確にしておく。
理学	今一度、シックディについての説明を行う。どのような場合にどのような対応をするのか、明確にする。また、勝手な判断で勝手な対応をしないよう、重篤となる場合もあるため、リスクについてしっかりと説明、理解をしてもらうように進める。周囲（先生など）にも学校場面で対応できることは、しっかりと説明し、協力を仰ぐようにする。
理学	シックデイルールを覚え実践してもらう。また学校の先生や友達にも対応協力してもらうためルールを把握してもらい援助してもらうよう伝える。シックデイルールとは、発熱や下痢、嘔吐が出現したときに、①安静、保温に努め早めに主治医や医療機関に連絡する、②お茶や水などを摂取し脱水症状を防ぐ、③食欲がなくてもおかゆやジュース、うどんなどで炭水化物を補給する、④食事が取れない場合でもインスリン注射は止めず SMBG による血糖値に応じたインスリン量を注射する。３８度以上の熱発が続いたり嘔吐が激しい、呼吸困難などの症状があれば速やかに休日でも医療機関に連絡する。
理学	前回はなぜ上手く対応出来なかったのか、分析します。突然のことなので、部屋に対応を貼ってもらう等工夫します。また本人だけでなく、家族などにも説明しておきます。風邪などを引かないようマスクをしたり、日頃から運動をして体力をつけておくのも良いと思います。
理学	まずはシックデイついて説明し、体調悪くても、脱水にならないように水分摂取をおこない、できるだけ、おかゆやうどん、果物などの摂取をおこない行っていただくように行っていただくように対処の方法について説明する。たとえ食事がとれなくても自己判断で、インスリンを中断しないようにすることをつたえる。また、自己血糖測定ができればおこなっていく。可能であれば、自宅で尿ケトン体を測定していく。また医療機関を受診するようにせつめいしていく。
理学	シックデイになった際の対応は、医師に相談の上で行動を行うことが良好である。そのため、必ず医師に連絡を取る習慣を身につけておくこと、但し、夜間帯など連絡が取れない場面も想定されるため、日頃より医師に相談して対処法に関して理解を深めておくことが重要である。一番大切なのは自己判断で動かないことであることを伝える。