

# 高齢者の 糖尿病

No.4

# 今日のポイント

- 1. 高齢の糖尿病患者さんと若い人との違いはなに？**
- 2. 高齢の糖尿病患者さんの治療上の注意点**
- 3. 高齢の糖尿病患者さんの血糖コントロールの目安**
- 4. とくに気をつけていただきたいのは低血糖**

# 1. 高齢の糖尿病患者さんと若い人との違いはなに？

## 高齢の糖尿病患者さんの特徴

- 病状や体力などの個人差が大きい
- 糖尿病以外の病気もあることが多い
- 腎臓や肝臓の働きが弱くなっている
- 治療の意欲が低いことがある
- 家族や周囲の人へ遠慮しがち



## 2. 高齢の糖尿病患者さんの治療上の注意点

### 1. 食事療法の注意点

- 長年慣れ親しんできた食事の習慣を変えにくい



- 「もったいない」と言って、食べ残しをしない

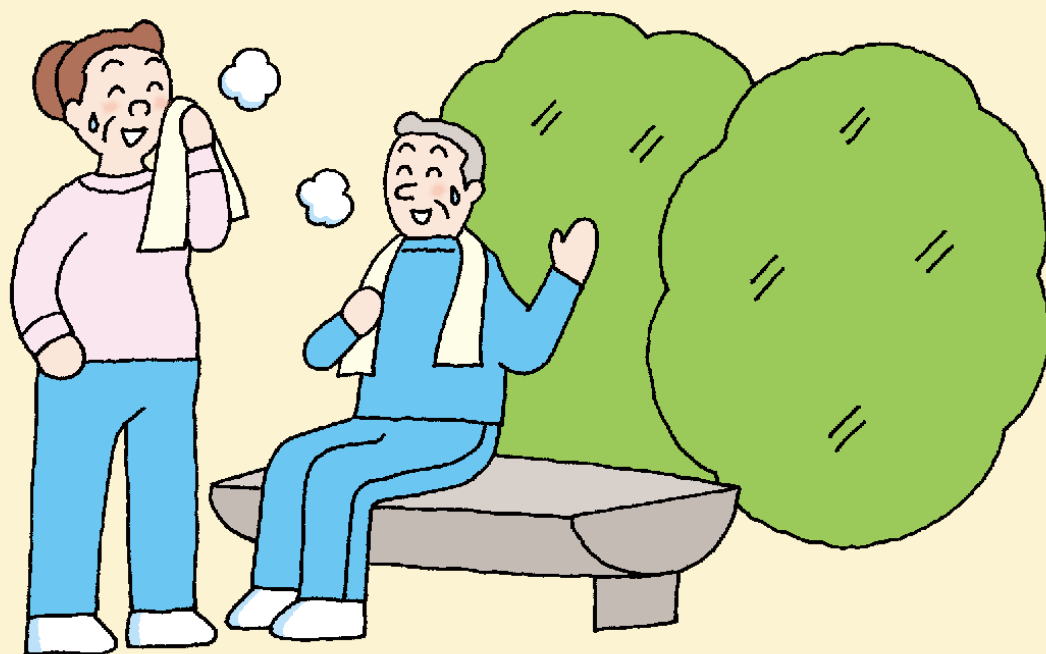


- 反対に、食べる量が少なすぎて栄養不足になっているケースもある

## 2. 高齢の糖尿病患者さんの治療上の注意点

### 2. 運動療法の注意点

- メディカルチェックを必ず受ける
- 無理をしない
- できるだけ誰かと一緒に運動する



## 2. 高齢の糖尿病患者さんの治療上の注意点

### 3. 薬物療法の注意点

- 薬の代謝に時間がかかり、薬の成分が体内に長くとどまりやすくなる  
→ 副作用に、より注意が必要
- 糖尿病以外の薬も増える  
→ 相互作用に注意が必要  
→ 飲み忘れ、飲み間違えが多くなりがち
- 低血糖の症状が現れにくいことがある



### 3. 高齢の糖尿病患者さんの血糖コントロールの目安

- 患者さんの状態や処方されている薬、年齢などを考慮して、血糖コントロールの目安とするHbA1cを決めます。
- 低血糖の危険を避けるため、HbA1cの下限を設定することもあります。

患者さんの状態	重症低血糖を起こす可能性がある薬 (インスリン、SU薬、グリニド薬)の処方					
	処方されていない	処方されている				
認知機能が正常で、日常生活上の動作や行為を自立して行えている	7.0%未満	<table border="1"> <tr> <td>65～74歳</td> <td>7.5%未満 (下限6.5%)</td> </tr> <tr> <td>75歳以上</td> <td>8.0%未満 (下限7.0%)</td> </tr> </table>	65～74歳	7.5%未満 (下限6.5%)	75歳以上	8.0%未満 (下限7.0%)
65～74歳	7.5%未満 (下限6.5%)					
75歳以上	8.0%未満 (下限7.0%)					
認知機能が少し低下している。または、トイレや入浴などの基本的な日常生活動作は自立して行えるものの、買い物や食事の支度、薬の服用、金銭管理などの行為に一部介助が必要	7.0%未満	8.0%未満(下限7.0%)				
認知機能が中等度以上低下している。またはトイレや入浴などの基本的な日常生活動作に介助が必要。または、糖尿病以外にも多くの病気を併発していたり、身体機能に障害がある	8.0%未満	8.5%未満(下限7.5%)				

## 4. とくに気をつけていただきたいのは、低血糖

高齢の糖尿病患者さんでは、低血糖の症状(空腹感、冷汗、動悸など)が出現しにくく、低血糖に気付けなかったり、突然低血糖による意識低下をきたすことがあります、注意が必要です

- 空腹時の入浴は避けましょう
- 頭がくらくなる、体がふらふらするなどの症状が現れたら、医師に相談しましょう
- まわりの人、患者さんが黙ったり、あくびをしたり、虚ろな状態のときは、低血糖の可能性があるので注意してください



# 今日のまとめ

## 1. 高齢の糖尿病患者さんと若い人との違いはなに？

病状や体力などの個人差が大きい

糖尿病以外の病気があることが多い

## 2. 高齢の糖尿病患者さんの治療上の注意点

病状や体力、併発症などの個人差に応じて、個別に治療を考えます

食事療法、運動療法、薬物療法それぞれに、注意があります

## 3. 高齢の糖尿病患者さんの血糖コントロールの目安

低血糖を起こさないために、コントロールを加減することがあります

## 4. とくに気をつけていただきたいのは、低血糖

高齢の患者さんでは、低血糖の症状(空腹感、冷汗、動悸など)が

出現しにくく、低血糖に気付かない可能性があるため注意が必要です

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第1問

**高齢の糖尿病患者さんの治療は、どうやって進めていく?**

- ア. 病状や体力などの個人差が大きいため、それらを考慮し個別の治療メニューにそって進める**
- イ. 高齢者でも血糖コントロールのために、若い人と同じような食事・運動・薬物療法を進める**

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第1問

高齢の糖尿病患者さんの治療は、どうやって進めていく？

**正解** →

- ア. 病状や体力などの個人差が大きいため、それらを考慮し個別の治療メニューにそって進める
- イ. 高齢者でも血糖コントロールのために、若い人と同じような食事・運動・薬物療法を進める

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第2問

**高齢の糖尿病患者さんの薬物療法で、注意点があるとしたら、どんなこと？**

- ア. 高齢者は若い人より薬の効果が弱くなる傾向があるので、通常よりも量を多めに飲んだほうが良い血糖コントロールを維持できる**
- イ. 高齢者は薬が体内に長くとどまりやすいので薬物療法を開始するときは薬の量を少なめにしてスタートすることが多い**

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第2問

**高齢の糖尿病患者さんの薬物療法で、注意点があるとしたら、どんなこと？**

**ア. 高齢者は若い人より薬の効果が弱くなる傾向があるので、通常よりも量を多めに飲んだほうが良い血糖コントロールを維持できる**

**正解** →

**イ. 高齢者は薬が体内に長くとどまりやすいので薬物療法を開始するときは薬の量を少なめにしてスタートすることが多い**

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第3問

**高齢の糖尿病患者さんの運動療法で大切なことは？**

- ア. 多少無理をしてでも、しっかり運動する**
- イ. 無理をしない**

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第3問

高齢の糖尿病患者さんの運動療法で大切なことは？

ア. 多少無理をしてでも、しっかり運動する

**正解** → イ. 無理をしない

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第4問

高齢の糖尿病患者さんの治療では、低血糖の危険性を極力避けるために、血糖コントロールを少し手加減することがあるってホント？

ア. ホント

イ. ウソ



# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第4問

高齢の糖尿病患者さんの治療では、低血糖の危険性を極力避けるために、血糖コントロールを少し手加減することがあるってホント？

**正解**

→ ア. ホント  
イ. ウソ

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第5問

高齢の糖尿病患者さんの低血糖症状として多いのは？

- ア. 空腹感
- イ. 動悸
- ウ. 低血糖の症状が出現しにくい

# クイズで確認!! 今日のまとめ

## 第5問

高齢の糖尿病患者さんの低血糖症状として多いのは？

ア. 空腹感

イ. 動悸

ウ. 低血糖の症状が出現しにくい

**正解** →