

糖尿病サポートチーム通信

第4号

第4号は臨床検査技師が担当します！

糖尿病サポートチーム（DST）です！

臨床検査技師は、糖尿病に関する検査の説明や、血糖自己測定（SMBG）・持続血糖測定（CGM）の指導を行っています。また血糖測定関連の質問やトラブルにも対応しています。お困りの際は、採血室スタッフに声をかけてくださいね。

涼しい風も心地よく、過ごしやすい季節となりました。「読書の秋」「芸術の秋」「食欲の秋」「スポーツの秋」…皆さんにとっては何の秋ですか？

読書の秋

糖尿病サポートチーム通信 第4号を読んでくださっている方、ありがとうございます！第1号から第3号までのバックナンバーも採血室と2階外来待合通路にあります。是非、読んでみてください！



芸術の秋

音楽や絵画の鑑賞を楽しむのに良い季節ですね。そこで、ご紹介したい絵がこちらです！フリースタイルリブレや Dexcom G6 を使用されている方、指先で測る血糖の値（血糖値）と、リブレやG6のセンサーで測定する値（センサー値）との違いをご存じですか？

右の列車の先頭車両を血糖値、最終車両をセンサー値とします。センサー値は、血糖値より5～10分遅れて変動しているため、食後、インスリン投与後、運動後など、血糖値が急速に変化するときには差が大きくなる場合があります。



詳細はこのバッジをつけたスタッフへお気軽にお尋ねください。



食欲の秋

りんご、ぶどう、梨、柿など、秋はおいしいフルーツがいっぱいです！フルーツを触った手で血糖測定をしてしまうと、本来より高い値が出てしまいます。アルコールで拭いてるから大丈夫、というのは大間違い！アルコール綿だけでは、フルーツの中に含まれるブドウ糖を十分に除去することはできません。みかんやバナナも同様です。フルーツを触ったら必ず流水で手を洗ってから、アルコール消毒をして、血糖測定をしてください。



スポーツの秋

暑い夏も終わり、体を動かすのに最適な気候となってきました。運動について、学びたい！そんな方は、糖尿病サポートチーム通信 第5号を、お楽しみに★

