

糖尿病ガイドシリーズ
小児の糖尿病をよく知ろう

まんがでみてセルフチェックができる

小児の糖尿病

をよく知ろう

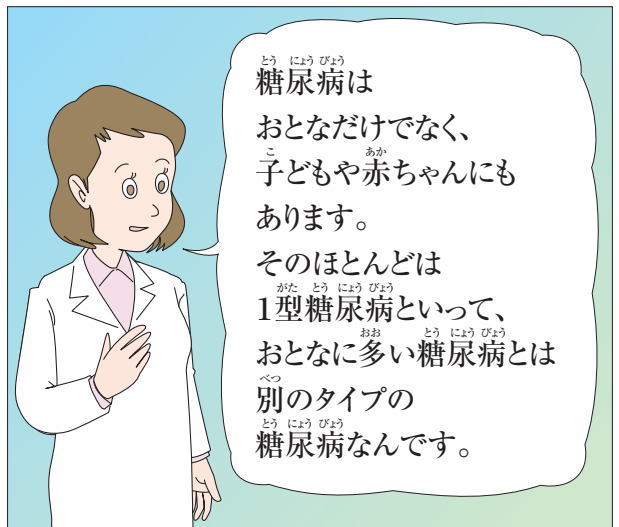
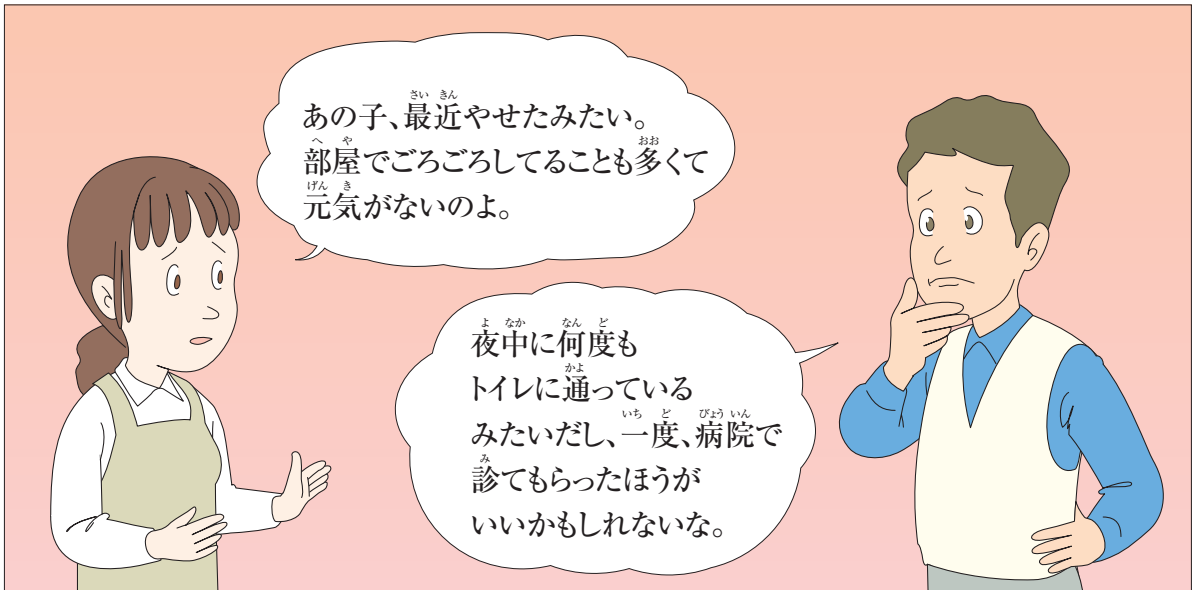
【監修】内潟 安子（東京女子医科大学附属足立医療センター 病院長）



セルフチェック
項目つき

1型糖尿病は子どもに発症することが多い※。

※日本糖尿病学会 編著：糖尿病治療ガイド2022-2023, P19, 文光堂, 2022より



がたとうによびょう がたとうによびょう ちが
1型糖尿病と2型糖尿病の違い

がた とう によびょう
1型糖尿病

• 子どもに発症することが多い

0~14歳までの
 子どもの
 10万人に2~3人*1。
 20歳までに
 発病することが
 多い。



まいにち ちゅうしゃ
 毎日インスリンを注射する。

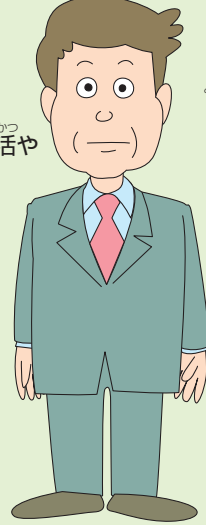
インスリンの
 絶対的不足に
 よりおきる。

*1 日本糖尿病学会・日本小児内分泌学会 編・著：小児・思春期
 糖尿病コンセンサスガイドライン2024, P15, 南江堂, 2024

がた とう によびょう
2型糖尿病

• 糖尿病の大部分をしめ、
 おとなに発症することが多い

かたよった食生活や
 運動不足、
 ストレスが
 原因でおきる。



20歳以上の
 おとなの14.6%に
 糖尿病
 が強く疑われる*2。

親や兄弟にも
 糖尿病の方が
 いることが多い。

しょくじ うんどう ちりょうほう
 食事と運動がおもな治療法。

*2 出典：令和元年国民健康・栄養調査報告(厚生労働省)
 (https://www.mhlw.go.jp/content/001066903.pdf)
 (令和6年5月20日に利用)

セルフチェック

あてはまる症状に
 〇印をつけましょう。

糖尿病には、
 他にもこんな症状が
 あられるんですよ。



のどがかわいて
 たくさん水がほくなる



何度もトイレに行く



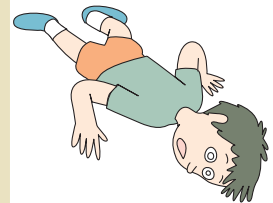
食べているのにやせる



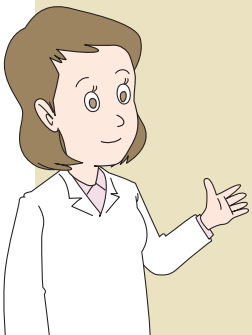
おなか
 が痛くなる



だるい、
 疲れやすい



意識を失う

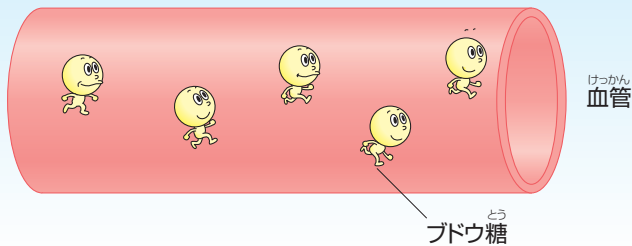


がた どうによびょう びょう き
1型糖尿病ってどんな病気?

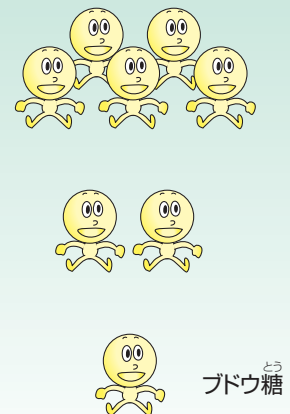
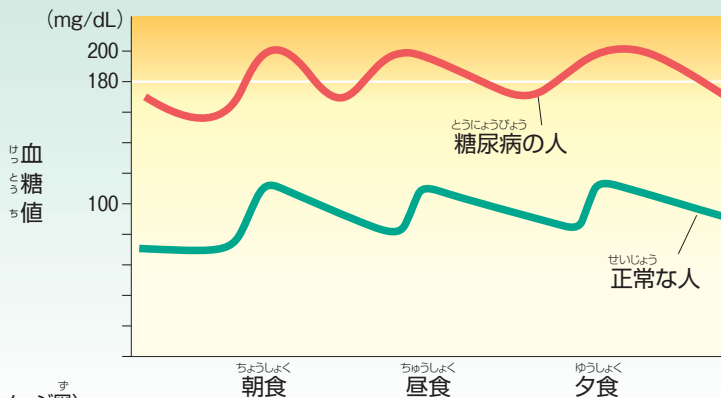


がた どうによびょう
1型糖尿病とインスリン

- 1 わたし けつえき なか 私たちの血液の中にとけているブドウ糖を血糖といい、どのくらいとけているかを血糖値で示します。
健康な人の血糖値：血液1デシリットル(コップ8分目)の中に70～120ミリグラム

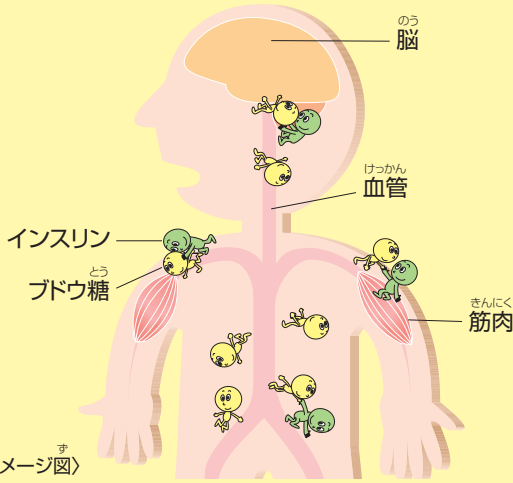


- 2 けつとう ち た もの た すこ あ 血糖値は食べ物を食べると少し上がり、おなかがすくと少し下がります。



3

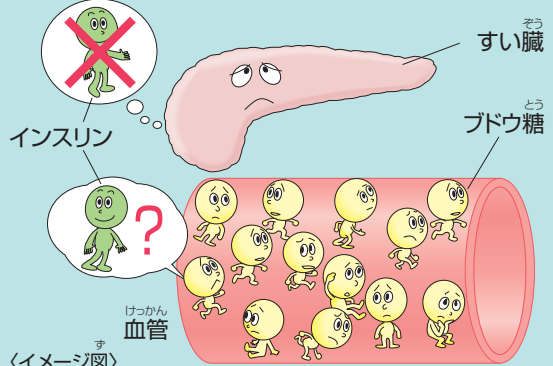
血液の中のブドウ糖はからだ中をめぐって、インスリンというホルモンのはたらきによって組織にとりこまれ、エネルギーに変わります。



〈イメージ図〉

4

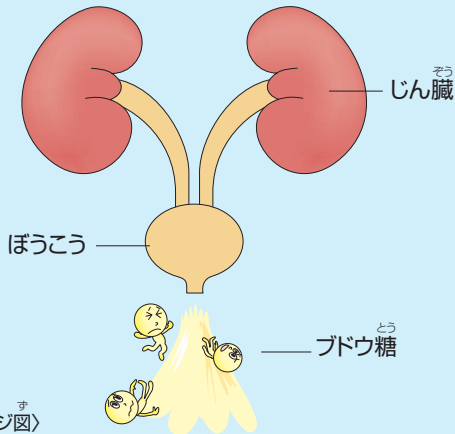
ところが1型糖尿病のある人は、すい臓のインスリンをつくるはたらきがなくなってしまうため、糖をエネルギーに変えることができません。そのため血液の中のブドウ糖がふえて、血糖値は上がりすぎてしまいます。



〈イメージ図〉

5

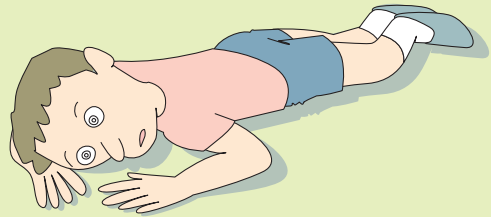
からだは高くなった血糖値を下げようとして、尿といっしょにブドウ糖を捨てようとして、おしっこに糖がまじっている状態です。



〈イメージ図〉

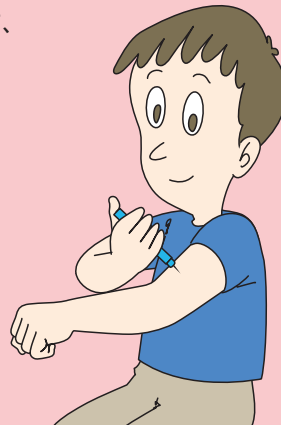
6

血糖値が極端に高くなると、昏睡状態に陥ることにもなります。



7

1型糖尿病の治療はインスリンをからだの外からおぎなって、血糖を正常に管理します。



どうやって治療するの？



1 インスリン注射をする

おなかや、^{ふと}太もも、うでなどに
自分で注射をします。
1日2~4回と、
回数は人によってちがいます。

2 3度の食事をきちんと食べる。

きゅうしよく ふ つう こ
給食は普通の子と
おな た
同じように食べて
だいじょう ぶ
大丈夫です。

3 活発に運動する

うん どう
運動によって、
どれくらい血糖が
さがるのかを
おおよそ知っておきましょう。
それによっては、運動前
にお菓子を食べるとか、
インスリンの量を
調整するなどします。

じゃあ、
サッカーは
つづ
続けられるよね。

つづ
続けられますよ。
とう にょう びょう
糖尿病でも、
オリンピック選手や、
大リーガーもいるんだから。

健康は自分で管理しよう。



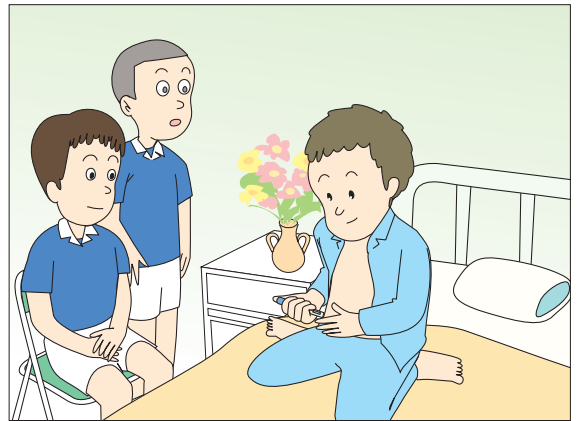
セルフチェック

あてはまるところに
○印をつけましょう。

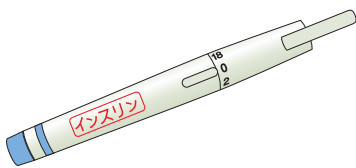
低血糖の症状を覚えておきましょう

ひ あせ 冷や汗をかく	ドキドキする	おなかがすく
あたま 頭がぼうとする		かお いろ しろ 顔色が白くなる
げん き 元気がなくなる		とつ ぜん い しき うしな たお 突然意識を失って倒れる

がっこう も
学校に持っていくものはなんですか？

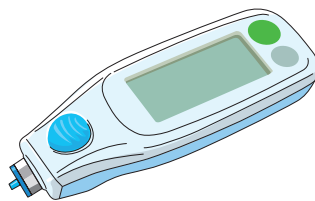


がっこう も
学校に持っていくもの



ちゅうしゃ き
インスリン注射器

小学生以上になると自分で注射をしましょう。
ペン型の使いすて注射器がありますので、カバンの中や保健室に1本置いてもらってもいいかもしれません。

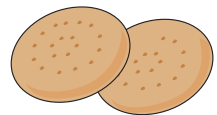


けっとうそくてい き
血糖測定器

自分でどこでもかんたにはかれます。



グルコース
(ブドウ糖)
のタブレット



かし ほしょく
お菓子・補食

低血糖になったときに必要。
頭がぼよっとしたり、気分が悪くなったときは、お菓子やジュースを口にいとると10～15分で気分がよくなります。

セルフチェック

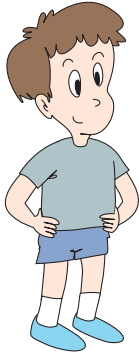
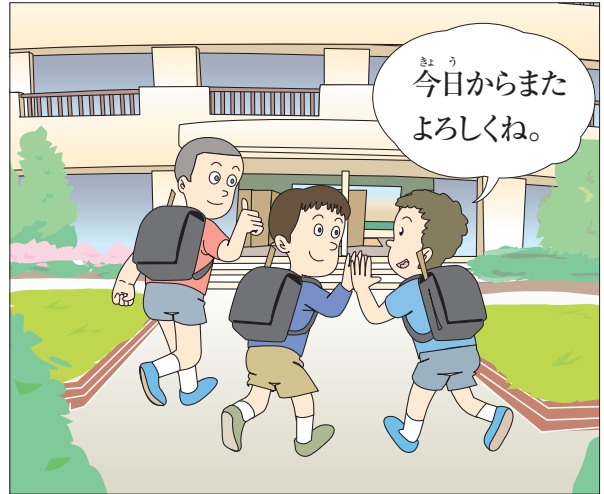
じゅんび じるし
準備したものに○印をつけましょう。

ちゅうしゃ き
インスリン注射器

けっとうそくてい き
血糖測定器

かし ほしょく
お菓子・補食

学校の友達に知ってほしいこと。



とうにょうびょう 糖尿病があっても、気をつかう必要はありません。



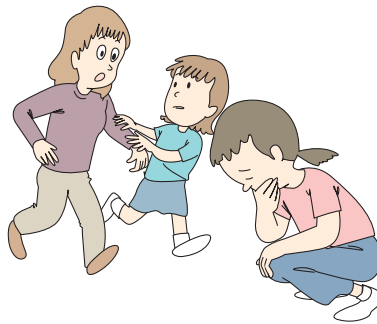
じゅぎょうちゆう 授業中、水が飲みたくなくなり、トイレに行きたくなくなります。



かし も お菓子をいつも持っていて、授業中でも食べることができます。



はげ うんどう まえ あと 激しい運動の前や後にぎりなど、補食をとることがあります。

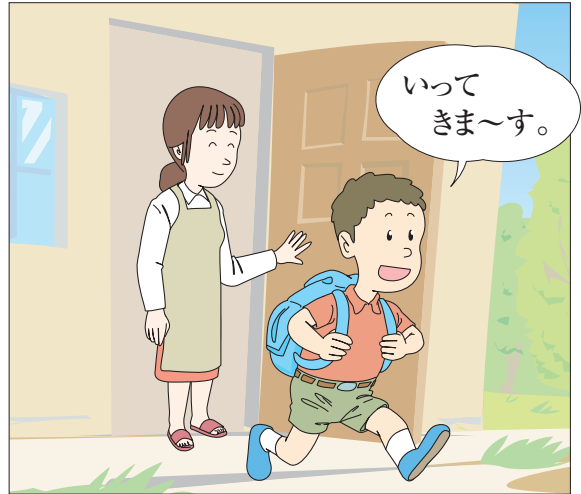
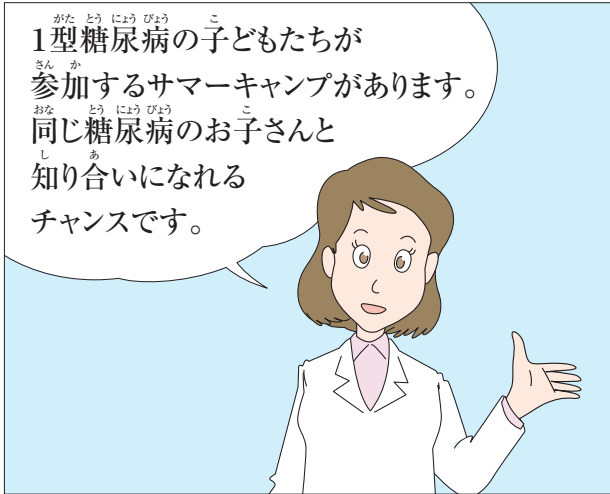


げん き 元気がなくなる、かおいろ 色が白くなる、冷や汗をかく、ドキドキするなど低血糖の症状をおこしたら、先生に知らせて、ほけんしつ 保健室に連れて行ってあげてください。



ていけつとう たお とぎ 低血糖で倒れることも時にあるかもしれません。

サマーキャンプに参加しよう。



*サマーキャンプの開催日および場所等についてはJADEC(日本糖尿病協会)にお問い合わせください。(http://www.nittokyo.or.jp/)



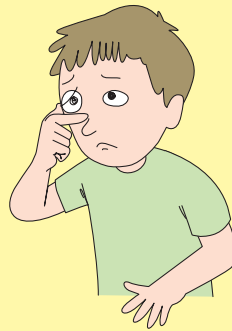
こう けっ とう なが つづ べつ びょう き
高血糖が長く続くと、別の病気が
はっ しょう
発症してくることがあります。
こう けっ とう
高血糖がどのように影響するのかわ
し
知っておきましょう。

しん けい びょう き
神経の病気
とう によ う びょう せい しん けい し ゃ う がい
(糖尿病性神経障害)

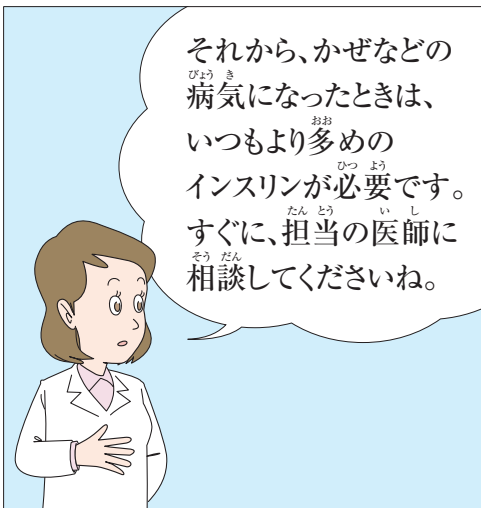
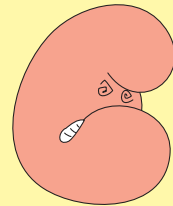
あし うら
足の裏がほてる
あし
足がつる
あし
足がしびれる
など



め びょう き
目の病気
とう によ う びょう せい しん けい し ゃ う がい
(糖尿病網膜症)



じん そう びょう き
腎臓の病気
とう によ う びょう せい しん けい し ゃ う がい
(糖尿病性腎症)



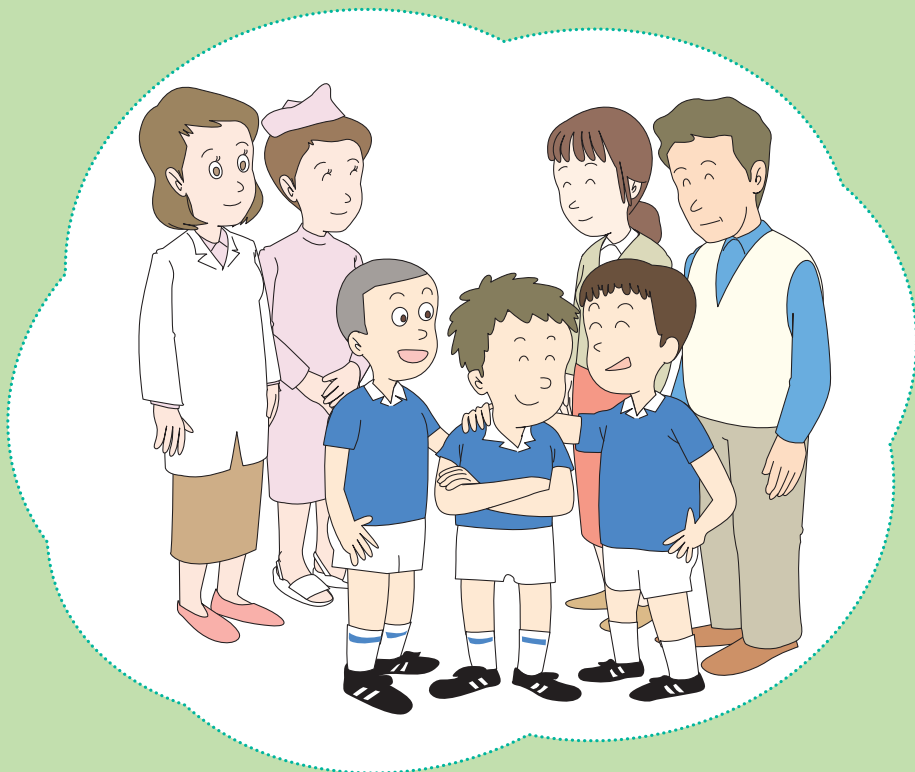
それから、かぜなどの
びょう き
病気になったときは、
いつもより多めの
いん す りん
インスリンが必要です。
すぐ に、たん とう の い し
すぐに、担当の医師に
そう だん
相談してくださいね。



いつも
せい じょう けっ とう ち
正常な血糖値を
たも
保つように
しましうね。

糖尿病ガイドシリーズ

小児の糖尿病をよく知ろう



テルモ株式会社 〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷 2-44-1 www.terumo.co.jp

©テルモ株式会社 2024年6月 24T170

JADEC(日本糖尿病協会)検証済

小児の糖尿病をよく知ろう