

## 低血糖の対処方法

不規則な食事、飲酒、運動中、入浴後など、低血糖が起こりやすくなるので下記のような症状に注意が必要です

### ポイント

### 低血糖の初期症状と対処方法

- ・ 強い空腹感
- ・ 強い脱力感
- ・ 手や指がふるえる
- ・ 目がかすむ
- ・ 脈がはやくなる
- ・ 冷や汗がでる



15分経っても  
改善しない



15分経っても  
改善しない



普段からブドウ糖などの糖分を持ち歩くようにしてください

