

低血糖の「はひふへほ」

症状を知ることがは早めに対処するために重要です！！

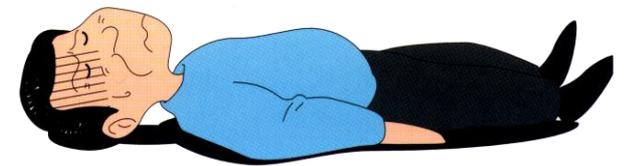
は 腹が減り

ひ 冷や汗がでて

ふ ふるえがあり

へ へんにドキドキして(動悸)

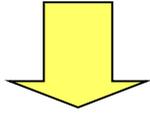
ほ ほうっておくと意識がなくなる



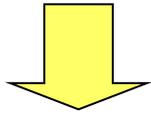
低血糖時の対処法



もしかして
低血糖？



すぐにブドウ糖 **10 ~ 20g** を
とみましょう！！



15分たっても
回復しない時

さらに **10 ~ 20g** を
とみましょう！！

固形のブドウ糖



4個でブドウ糖
12g です

粉末のブドウ糖



1包でブドウ糖
10g です

●砂糖を含むジュースやお菓子で代用

ブドウ糖がないときには砂糖や砂糖を含む食品でも代用できます。常に身に付けておきましょう。

ベイスン、グルコバイ、セイブルを飲んでいるときは**必ずブドウ糖**を摂取します。

●低血糖を感じたら“すぐに停車”

運転中に低血糖のサインを感じたら、すぐに安全な場所に停車させ、ブドウ糖を補給しましょう。