



【基本理念】私たちは命と健康に向き合うことを医療の原点とします。

長岡赤十字病院

長岡市千秋 2 丁目 297-1

電話 0258-28-3600

ホームページアドレス

<http://www.nagaoka.jrc.or.jp/>

## 糖尿病と新型コロナウイルス感染症について

糖尿病・内分泌内科部長 古川 和郎

糖尿病とは、膵臓から分泌されるインスリンという血糖を下げるホルモンのはたらきが悪くなり、血液中のブドウ糖(血糖)が上がる病気です。糖尿病は、インスリン分泌がされなくなる1型糖尿病と、インスリンの効果が弱くなる2型糖尿病に大きく分けられます。高血糖の状態を放置しておくと、網膜症や神経障害、腎臓病、動脈硬化などさまざまな合併症を引き起こします。また、血糖コントロール以外にも血圧や脂質などの管理などがよくないと、これらの合併症が進行しやすくなることも知られています。本稿では、現在世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症と糖尿病との関連についてこれまで分かっていることを述べたいと思います。

### Q1 糖尿病があると、新型コロナウイルス感染症にかかりやすい？

これまでの調査結果から、糖尿病の患者さんがそうでない方よりも新型コロナウイルスに感染しやすい、というデータはないようです。従って、現時点で糖尿病があるから新型コロナウイルスにかかりやすいということはありません。

### Q2 糖尿病があると、新型コロナウイルス感染症が重症化しやすい？

これまでの報告では糖尿病の患者さんがコロナウイルスに感染すると、人工呼吸器装着や死亡のリスクが上昇することが示されています。また、肥満の方もコロナウイルスに感染すると重症化しやすくなるようです。少なくとも現時点で得られている情報に基づくと、糖尿病や肥満があるとコロナウイルスに感染した場合、重症化する可能性があります。

### Q3 血糖コントロールは新型コロナウイルス感染に関連する？

糖尿病患者さんの高血糖状態は、新型コロナウイルス感染症の予後を悪くさせるようです。コロナウイルスに罹患しても重症化しないためには、普段

の血糖コントロールが大切です。

### Q4 糖尿病コロナ感染の危険を減らすためにどうすればよいか？

糖尿病のない方と同様に、感染リスクを少しでも減らすために3密(密集・密閉・密接)を防ぎ、普段より手指衛生、目口鼻の保護、他人と距離を保つこと、などが大切になります。

### Q5 自粛生活をどう乗り切るか？

外出が減り、体重が増えて血糖値も上がりやすくなります。2型糖尿病の治療の基本は食事療法です。外出による運動が難しくなっている今、もう一度食事療法を見直すことが重要です。ときどき体重計に乗ってみたりしてみてください。運動としては部屋の中でできる片足立位保持(バランス運動)や、椅子を使ったスクワットなど(レジスタンス運動)なども有効です。

### 最後に

この先行き不透明のコロナ禍において、多く方がさまざまなストレスや不安を抱えて過ごされていると思います。コロナウイルスに対する予防も重要ですが、この自分自身の持つストレスとうまく付き合っ、対処していくことも大切です。心にゆとりをもって、コロナ禍という嵐を乗り切りましょう!



# ご自身が新型コロナウイルス感染しないために

3密（密閉・密集・密接）や、大人数や長時間におよぶ飲食、マスクなしでの会話などは避けましょう。飲食の前後には石けんで手を洗うなど手指衛生に努めましょう。

## 院内感染を防ぐためにご協力ください

当院には急性期医療を必要とする多くの患者さんが入院・通院されています。患者さんを感染から守るために、感染の疑いがある方を区分けして診療することが必要です。ご協力いただきますようお願いいたします。

発熱、せき、のどの痛みなどで医療機関を受診したいときは



かかりつけ医療機関がある方

かかりつけ医療機関がない方

どこに相談してよいかわからない方

かかりつけ医に電話で相談  
直接行かない！

新潟県新型コロナ受診・相談センターへ電話

025-256-8275  
毎日24時間対応（土日・祝日含む）



### 当院に 来られるときは

外来受診、付き添い、面会などすべての方が対象です



- 検温をしてから来院ください。
- 正面玄関にて検温を行っています。係員の指示に従ってください。
- ①②に該当する方は検温係員に必ずお申し出ください。

- ① 2日以内に37.5℃以上の熱があった方
- ② 2週間以内に新潟県以外の都道府県へ往来した方およびそのような方と接触した方で、味覚・嗅覚異常や強い倦怠感の症状がある方

※令和3年1月14日現在の情報を掲載しています。  
最新の情報は院内掲示や病院ホームページ(左のQRコードからアクセスできます)でご確認ください。

このような方はお申し出が必要です

先週、東京から親戚が来て一緒に食事をした。昨日から食事の味や匂いを感じない。

### 面会禁止にご協力ください

入院中の患者さんとの面会が可能な方は、①～③に該当する方のみとなっています。

- ① 病状説明や手術の待機など病院から来院依頼を受けた方
- ② 入退院時の送迎
- ③ 日用品の受け渡し（1週間に1回程度、お一人でお願いします）



外来 待ち合いエリア 無料Wi-Fiサービス  
ご利用いただけるようになりました

1. NCT コネクトアプリをインストールします。右のQRコードからダウンロードできます。
2. アプリを起動後“Wi-Fi 接続”をタップするだけで利用可能です。IDやパスワードの入力は必要ありません。



※1階・2階の待ち合いエリア以外では接続できませんのでご注意ください。

NHK海外たすけあい募金にご協力いただきまして  
ありがとうございました



いただいた寄付は、紛争や自然災害・飢餓・病気などで苦しんでいる世界の人々を救う、日本赤十字社海外活動に役立てられます。

### 患者会からの お知らせ

がん患者サロン「ほほえみサロン千秋」  
毎月第一金曜日（2/5、3/5、4/2） 14:00～15:30



感染対策に注意しながら開催しています。ただし、新型コロナウイルス感染の状況によっては中止となりますので、がん相談支援センターにお問合せください。

詳しくは当院ホームページのお知らせをご覧ください。