5病棟の生活のひとコマ 95

早いもので12月がやってきました。2024年もあと少しで終わると思うと、時の流れの早さにびっくりしてしまいます。冬も本番を迎えたので、寒さ対策をしっかりして、体調に気をつけて過ごしていきたいですね。

少し時を遡りますが、5病棟では10月24日、28日にプレイルームで「ハロウィンパーティー」を開催しました。毎年恒例となっている行事ですが、今年も患者さんや多くのご家族の方に参加していただき大盛況の2日間でした。患者さんに好きな仮装グッズを選んでもらい、ゲームやお化け屋敷などさまざまな体験をしていただきました。大きな恐竜も登場し、患者さんもご家族の方も皆さん「わあー！」と驚きながらも楽しそうな様子でした。また、ジュースとおやつをいろいろ用意し、受け取って嬉しそうに微笑む患者さんの姿がとても印象的でした。ご参加いただいた皆さんありがとうございました。来年のハロウィンパーティーもお楽しみに！

（児童指導員　森　日奈子）

糖尿病ワンポイントアドバイス No.5

～持続血糖モニターを利用して血糖コントロールに役立てよう～

血糖コントロールに役立つ持続血糖モニターを紹介します。

持続血糖モニターとは、上腕後部や腹部に500円玉ぐらいの小さなセンサーを張り付けて、皮下に穿刺した細い針で間質液中のグルコース濃度を連続的に記録するものです。

測定しているものは間質液中のグルコース値です。専用リーダー機かスマホアプリで値を常時確認できます。時には自己血糖測定で確認が必要ですが、グルコース値の変動がよくわかります。一度装着すると短いもので7日間、長いもので14日間と持続的にグルコース値を測定することができます。また、装着時や装着中の痛みはほとんどありません。すでに利用している方もみえると思いますが、最新機種のセンサーは以前より小さくなり、使いやすくなっています。

使用するメリットとして低血糖や高血糖に気づくことができることです。

①インシュリン療法が必要な方　②グルコース濃度の目標値をなかなか達成できない方　③低血糖を起こす恐れのある方　④インスリン療法の最適化が必要な方　にご利用が勧められています。センサーを装着した後で、数日間の測定結果を振り返ることもでき、日ごろの生活(運動)や食事内容などが血糖値に与える影響を知ることができます。

毎日の血糖コントロールは大変ですが、自己管理が重要です。値が目に見えると励みにもなりますので、先生に勧められたら是非試してみてください。

（臨床検査科
服部　香）