**低血糖時補食についてのお願い**

補食するもの…

**９時～10時**

90以下…

**10時～11時**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 血糖値 | これから運動 | 運動なし | 激しい運動※ |
| 以上 |  |  |  |
| ～ |  |  |  |
| ～ |  |  |  |
| 以下 |  |  |  |

**※運動会練習やプール**

**11時～12時**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 血糖値 | これから運動 | 運動なし | 激しい運動※ |
| 以上 |  |  |  |
| ～ |  |  |  |
| 以下 |  |  |  |

**※運動会練習やプール**

以下…

**６０以下⇒　　　　　　を補食させ、保護者に電話**

**連絡先**

|  |
| --- |
| **保護者：** |
|  |
|  |
| **掛かり付け病院：　　　　　　　　　　　　　　／** |
| **主治医** |

**意識不明時は救急車を呼び保護者へ連絡をお願いいたします**

|  |  |
| --- | --- |
| 年　　組 | 令和　　年　　月　　日 |

１型糖尿病でインスリンポンプを使用しています。**ポンプの操作は全て本人がします。**

**※低血糖時は本人判断で補食ができます。**

　　ただ、その時の雰囲気などで我慢をしたり、言い出せなかったりする場合があります。見守りをお願いいたします。

※ポンプは低血糖時、高血糖時にアラート機能で音が鳴ります。

変更時は、連絡させていただきます。

**低グルコース**アラート時

◦血糖値が８０以下を予測しアラートが鳴ります。

◦血糖値**６５以下**で補食をお願いいたします。

◦急激な血糖値の低下の場合はポンプの数値に限らず、本人の訴えがありますので、

その場合も補食をお願いいたします。

◦授業中であっても、低血糖時の補食の必要性は本人に強く指導しています。

◦補食はポンプベルトやランドセルに取付けているポーチにブドウ糖タブレットがあり

携帯（キッズフォン）入れに、グルコレスキュー（ブドウ糖ゼリー）を入れています。

本人の手持ちが足りない場合は保健室でお預かりいただいている、グルコレスキューなどで補食をお願いいたします。

**高グルコース**アラート時

◦血糖値が３００以上を示しています。高血糖時は予測ではなく高い事を示しています。

◦高血糖時は**１０時半～給食前**までの場合は対処が必要になります。

保護者携帯　　　　　　　　　　　　　へご連絡をお願いいたします。

**リブレ**　　身体に付けたセンサーをかざすと、おおよその血糖値が見ることができます。

◦操作は本人が全てします。

|  |  |
| --- | --- |
| 年　　組 | 令和　　年　　月　　日 |

**給食時**

◦給食を食べる直前にインスリンポンプの操作をさせてください。

◦糖質量を本人がボーラス（インスリン注入）操作しますので、給食献立表に記入しています、糖質量を教えてあげてください。『糖質～～ｇ』の声掛けで出来ます。

◦米飯は持たせているタッパーで、だいたいの計量をお願いいたします。

※急ぎすぎて、たまにボーラスが出来ていないことがあります。

　その場合は音が鳴り、本人が気付き再操作をします。

**体育などの活動量が多い時**

◦体育前に血糖値が低いと、活動中に低血糖になる可能性があります。

◦体育前は数値の確認、声掛けをお願いいたします。

◦低血糖時の補食は基本、ブドウ糖タブレットとグルコレスキューですが、体育前や活動前は血糖時保持のため、血糖値が１２０以下の場合は念のため保健室でお預りいただいています、クッキーを２個補食させてください。

※インスリンの効きやすい日や活動量の多い時には低血糖回避のため、水筒に薄めたポカリを持たせます。幼稚園の頃からお友達にポカリだといわないように指導しています。

**時間別血糖管理表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **登校～２校終了** | **２校終了～給食** | **給食終了～下校** |
| **６５以下** | **ブドウ糖タブレットかグルコレスキューの補食** | | |
| **６５～１２０** | **補食なし** | | |
| **１２０～３００** | **補食なし** | | |
| **３００以上** | **補食なし** | **母へＴＥＬ** | **補食なし** |

※血糖値が６５以下でなくても、本人が低血糖を訴える場合には、基本のブドウ糖タブレットかグルコレスキューの補食をさせてください。

※補食の回数が重なる等の場合は、お預かりいただいていますジュースで補食をお願いいたします。

※体育前が１２０以下の場合、クッキー２個の補食をさせてください。

お手間をおかけいたします。分からない時はいつでもご連絡をお願いいたします。

保護者携帯