



1型糖尿病 ライフスタイル

Q&A

[監修]

南昌江内科クリニック 院長

南昌江 先生



Q クラスメイトや先生には糖尿病であることを話したほうがよいのでしょうか？

A あなたが具合が悪くなったり倒れてしまったとき、糖尿病のことを知っている人がいれば何かと助けてもらえるでしょう。学校の先生にはぜひ糖尿病のことを話しておきましょう。クラスメイトには必ずしも話さなくてもよいと思いますが、病気のことを理解してくれる友達がいるときっと心強いと思います。

Q 部活動はできなくなるのでしょうか？

A 今までと変わりなく続けられます。1型糖尿病患者さんでも、プロのスポーツ選手やミュージシャンなど才能を発揮している方はたくさんいらっしゃいます。1型糖尿病だからといってやりたいことをあきらめる必要はありません。



Q 1型糖尿病でも就職はできるのでしょうか？

A 日々の血糖管理がしっかりできていれば問題ありません。ただし、内定後の健康診断の結果より、会社から病気について聞かれる可能性があります。低血糖など注意する点についてしっかり説明できるようにしておきましょう。

Q 妊娠・出産はできるのでしょうか？

A 1型糖尿病患者さんでも、妊娠・出産は可能です。ただし、血糖コントロールが悪いとあなた自身だけでなく生まれてくる赤ちゃんにも悪い影響を与えかねません。主治医の先生と相談し、計画的な妊娠・出産をすることでリスクを減らすことが大切です。

Q 60歳で1型糖尿病と診断されました。想像していなかったなので、全てが不安です。

A 1型糖尿病は若いときに発症するイメージが強いですが、高齢になって発症する方もいます。食事、運動などの生活は変える必要はありませんが、加齢による特徴がいくつかありますのでその点は注意しましょう。例えば、低血糖を起こしても、若い人より症状が出にくいいため気づきにくくなります。QOLが低下しないよう、個々のコントロール目標を主治医の先生と相談しましょう。

[資料をご希望の方はこちらへ](#)