

車の運転と低血糖

インスリンを使用している方で、運転中の低血糖による重大な事故が起っています。低血糖に伴う交通事故については罰則が強化されており、通常の過失運転致死傷罪（7年以下の懲役もしくは禁錮、罰金）ではなく危険運転致死傷罪が適応される可能性もあります。



危険運転致死罪 15年以下の懲役

危険運転致傷罪 12年以下の懲役

無自覚性低血糖、糖尿病の人に多くみられる睡眠時無呼吸症候群、認知症の症状があり、自動車等の安全な運転に支障を来すおそれがある場合には、運転免許の取得も更新もできません(免許返納)。

虚偽申告は1年以下の懲役または罰金に処せられます。

2014年7月期日
危険運転容疑で逮捕
御堂筋暴走 低血糖症に初適用
大阪市中央区の御堂筋で、ワゴン車が暴走して通行人らが重軽傷を負った事故で、大阪府警は4日、車を運転していた大阪市福島区の会社員、宮谷則幸容疑者（65）を自動車運転死傷処罰法違反（危険運転致傷）容疑で逮捕し、発表した。糖尿
尿病による低血糖症で、意識障害を起こした疑いがあると判断した。5月施行の同法で、低血糖症の影響による危険運転致傷を問うのは全国で初めて。
交通捜査課によると、宮谷容疑者は6月30日午後4時ごろ、大阪市中央区心斎

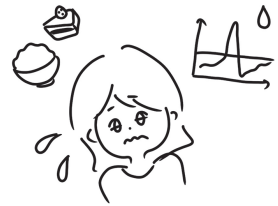
無自覚性低血糖とは

- ★血糖値が低下しても、通常は現れるはずの震えや冷や汗などの自覚症状が現れない状態です。そのため、血糖値がさらに下がり、意識障害や昏睡といった重篤な症状が突然起こることがあります。
これは、低血糖を繰り返したり、糖尿病合併症である自律神経障害が進行したりすることで、体が低血糖への警告サインに慣れてしまうことが原因で起こります。
- ★糖尿病になってからの期間が長い場合、自律神経障害のために無自覚性低血糖になることがあります。過去に低血糖による意識障害や低血糖性昏睡で病院に運ばれたことがある方は、主治医に相談して無自覚性低血糖があるかどうかの確認が必要です。
- ★低血糖は、インスリンの中でも超速効型・速効型インスリン以外にも、超速効型・速効型インスリンを含有する中間型、混合型等のインスリンでも起きます。これらは食事をする時に打つインスリンです。食前に打ちますが、打った後に食事をしなかったり食事量が少なかったり、日頃より運動量が多かったりすると、低血糖が起きます。
スポーツジムに行った帰りにも事故が起きています。
- ★低血糖は入浴後や空腹時にも起こります。飲み薬の糖尿病薬であるスルホニルウレア剤は、特に高齢者や腎不全の患者さんで低血糖を起こす危険があります。これらの薬剤は、インスリンと併用している時には、特に低血糖への注意が必要です。

運転中の低血糖を予防する対策10か条

- ① 運転前に血糖の測定を。血糖値が100以上でないと運転するのは危険です。

血糖値が100以上でも、長い時間連続して運転しないようにし、運転中も休息を取り、1時間毎に血糖測定を行います。



- ② インスリン等の注射を打ってなくても低血糖が起きる飲み薬を服用している場合は、運転前、運転中に血糖値を測る習慣をつけます。

- ③ 運転中は、ブドウ糖やクッキーなどを携帯します。

- ④ 運転中に神経が集中できなくなる、物がよく見えなくなるなど、おかしいと思う症状が出たら直ちに車を止め、低血糖の処置*をし、その日は運転はしてはいけません。

*ブドウ糖20gを服用し、次の食事まで1時間以上間がある場合はクッキー3枚程度(80kcal)の補食が必要。

- ⑤ 低血糖が多い時は、運転は止めます(低血糖症状がわかりにくくなります)。

- ⑥ インスリンや薬剤開始時、増量時には、運転は止めます。

- ⑦ 日頃から血糖コントロールの目標値を高めに設定しておきます。

HbA1cが8%より低いと低血糖が増えます。ただし8%以上でも低血糖は起こり得ます。

- ⑧ 夜間(3時)の血糖値測定をしましょう。夜間の無自覚性低血糖(睡眠時に低血糖があってもわからない)が、日中の低血糖の原因になります。

- ⑨ 自分の低血糖時の症状をよく覚えておきます。

- ⑩ 日頃から車以外のバス、電車等の公共交通や自転車を使い、歩く習慣をつけましょう。車をやめるだけで運動の機会が増え、筋力がつくことで血糖が改善します。