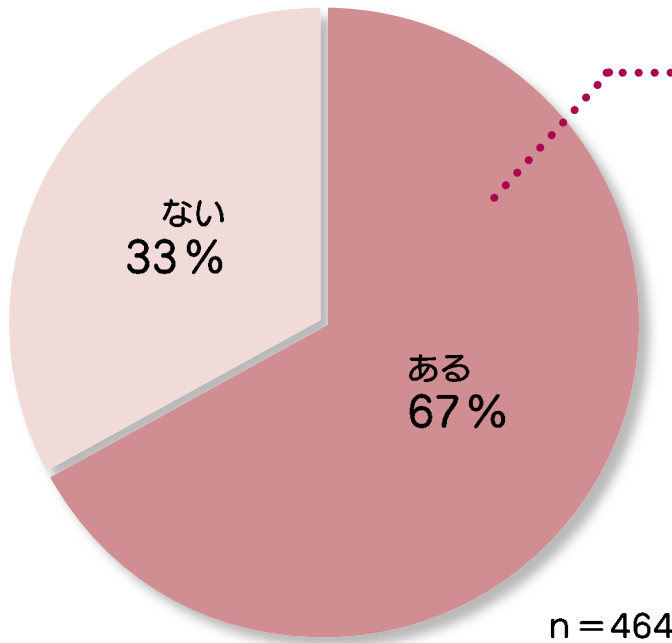


Q. 旅行中に、糖尿病にまつわるトラブルが起きた経験はありますか？



Q. どのようなトラブルでしたか？

(複数回答可) (n=309)

低血糖が起こった	274名
血糖コントロールが乱れた	122名
糖尿病を理由に、飛行機などの通関手続きに時間がかかった	20名
経口薬やインスリン製剤が足りなくなった	16名
シックデイになった	13名
荷物の紛失や盗難にあった(医薬品や器財等含む)	6名

7割近くの患者さんが、旅行中に糖尿病にまつわるトラブルを経験していることがわかりました。その内訳をみると、「ある」と答えた人の約9割に「低血糖が起こった」、約4割に「血糖コントロールが乱れた」というものでした。旅行について聞いてみたところ、54%が年に数回、23%が年に1回、旅行へ行っており、海外旅行は133名、国内旅行は335名、そ

して海外旅行・国内旅行の両方は118名と、患者さんは積極的に旅行を楽しんでいるようです。しかし、糖尿病を“旅のハンデ”とは思っていない方が意外に少ないのかというと、4割の患者さんは「糖

尿病であるために旅行を敬遠してしまう気持ちがある」と答えています。‘団体旅行は融通がきかないので、気楽に個人旅行を楽しんでいる’といった旅の達人もみられるなか、‘想定外の事故、インスリンの紛失などを想像すると思いきり楽しめません’といった声も少なからずありました。

Q. 旅行の際、主治医に相談していますか？

(n=482)

毎回、相談している	11%
必要時だけ相談している	37%
相談をしたことがない	49%
その他	3%

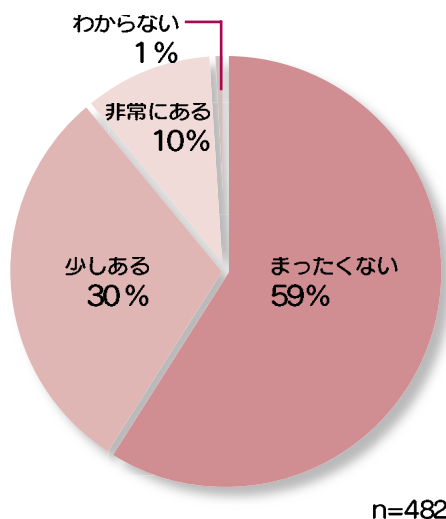


■インスリン治療患者のみでは…

(n=281)

毎回、相談している	12%
必要時だけ相談している	42%
相談をしたことがない	39%
その他	7%

Q. 糖尿病のために旅行を敬遠してしまう気持ちはありますか？



コメンテーター

鈴木吉彦 (日本医科大学客員教授・(財)保健同人事業団付属診療所所長)

積極的に旅行し生活の質に自信をつけることは大切です。敬遠してしまう気持ちを払拭してもらえよう、旅行に行く前、医師に気軽に相談ができる、外来の環境作りが必要です。私はインスリン利用者には、英文診断書、薬剤を多めに持つことの他、座席が窓際が通路側かまで相談することがあります。また、座っている時間が長ければ高血糖になりやすく、旅行で歩き回れば低血糖になりやすく、どちらも乱高下の原因になります。糖尿病患者人口が少ない国を旅行する時は誤解を受けることもあるので特に注意しましょう。