

## ■ 携帯品チェックリスト

- 常備薬（酔い止め、便秘薬、整腸剤、かぜ薬など）
- インスリンペン型注入器及び注射針（予備も用意）
- 血糖測定器具および試験紙やその他の備品
- 血糖測定器具の電池の有無の確認
- アルコール綿などの消毒綿
- 使用済みの注射針、血糖測定用針を廃棄する容器
- ブドウ糖やビスケット、スナック菓子（低血糖対策）
- 血糖測定記録手帳
- 英文カード（Diabetic Data Book）、糖尿病健康手帳
- 処方せんのコピー、薬の袋、薬の説明書
- インスリン注射計画書
- 診断書（英文）
- 医療保険証
- 海外旅行障害保険証書