

糖尿病教室のご案内

糖尿病って

インスリンは膵臓すいぞうで作られ、細胞が血液の中からブドウ糖を取り込んでエネルギーとして利用するのを助ける働きをしています。インスリンの作用が不足すると、ブドウ糖を利用できなくなり、血液中のブドウ糖濃度「血糖値」が高くなります。これを高血糖といい、この状態が継続するのが糖尿病です。

自覚症状がないからと糖尿病を放置していると、高血糖は全身の臓器に障害をもたらします。とくに冒されやすいのは、神経と血管を中心とした臓器で、神経障害、眼球の網膜に出血する網膜症、腎臓の機能が低下する腎症の三つが起こりやすく、予備軍を含む患者数は、2千万人を超えます。

生活習慣の改善が大切

糖尿病による高血糖状態は、医師の指導を受け、きちんとした治療を継続すれば、確実に改善す

ることができます。しかし、インスリンの作用が不足している状態は、加齢や長年の生活習慣の結果として起きたものですから、多くの場合なかなか元に戻すことはできません。つまり、治療によって一時的に血糖値が下がっても、治療を続け生活を改善していかなければ血糖値はすぐまた高くなってしまいます。

一生油断できないという意味で、糖尿病は「治る」とか「治らない」といった表現をあまり用いずに、「しっかりと治療をしていれば、一生治ったと同じ状態を保てる病気」と表現することが多いのはこうした理由からです。

糖尿病教室

市民病院では、糖尿病についての知識を深め、生活習慣の改善を進めていただきたいとの願いから、医師をはじめ、看護師、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、歯科衛生士、栄養士が協力して、糖尿病教室を開催しています。

糖尿病教室の日程と内容

講義内容	糖尿病とは・歯周病との関連	合併症、検査	食事の話	日常生活の話	薬と運動の話
2月	17日(水)	18日(木)	19日(金)	22日(月)	23日(火)
3月	17日(水)	18日(木)	19日(金)	23日(火)	24日(水)
担当	医師 歯科衛生士	医師 臨床検査技師	管理栄養士	看護師	薬剤師 理学療法士

※4月以降の日程は未定です。

毎月第3水曜日からの全5日間。受講料は無料で、予約の必要はありません。受講にはテキストが必要ですので、市民病院内の売店で購入していただきます。一人ではちょっと...という方は、お友達やご家族と一緒に。糖尿病でない方も歓迎です。



糖尿病調理教室のご案内

市民病院で受療中の糖尿病患者さんを対象とした教室です。



調理体験を通して、治療意欲の向上や治療継続実現のお手伝いを目的に開催しています。詳しくは、市民病院内科外来へ。

市民病院健康講座のご案内

年に2~3回程度、市民病院の医師による市民向けの健康講座を開催しています。

入場無料。予約の必要はありません。皆さんお誘い合わせてご来院ください。

とき 3月26日(金)午後3時~4時
ところ 市民病院2階講義室
テーマ 身近な皮膚ガンのお話
講師 市民病院皮膚科 医師 小野敦子

