



甲賀・湖南地域 糖尿病通信

滋賀県甲賀保健所
〒528-8511 甲賀市水口町水口 6200
TEL 0748-63-6144
Mail ea3103@pref.shiga.lg.jp

糖尿病の早期診断・早期治療の重要性

公立甲賀病院 糖尿病・内分泌内科 村田 幸一郎



糖尿病患者数の増加は世界的な問題で、2015年時点の調査で世界中に4億1500万人の患者数がある実情があり、由々しき事態です。日本も例外でなく、糖尿病と境界型糖尿病(いわゆる糖尿病予備群)の人口を合計すると、日本国民の6人に1人の割合の患者数となります。家族や親戚、友人が集まれば、そのうちの一人か二人は糖尿病かもしれない状況です。糖尿病とは血液中の糖分である血糖値が病的に高くなった状態です。血糖値が高くなり過ぎると、尿中に糖が出てしまい、尿量が増加することでトイレの回数が増え、のどがよく渇き、水をたくさん飲むようになります(多尿・口渇・多飲と言われます)。ただ、糖尿病であっても、これらの症状に気付かないこともあり、無症状の間に糖尿病が進行してしまっている場合があります。糖尿病の怖いところは、まさしく無症状で進行することと言えるでしょう。血糖値が高くても痛くもかゆくもないのですが、いつの間にか、合併症を引き起こしてしまいます。合併症とは高血糖が長期間続くことで、血管が障害され、その結果生じる不具合です。眼や腎臓などに起こりやすく、糖尿病を放置してしまっていると失明や人工透析に陥ってしまいます。そうならないためには、早期発見・早期治療が望ましいです。今や国民病となってしまった糖尿病ですが、特に糖尿病になる危険が高い人として、家族に糖尿病がいる人や肥満の人が挙げられます。該当する人は血液検査や尿検査を受けてほしいと思います。定期的な健診を受ける機会がない人ほど、知らないうちに糖尿病を放置している事態があり得ます。11月14日は世界糖尿病デーとされ、世界各地で糖尿病に関するイベントが催されます。今年は当院でも糖尿病の啓発イベントを開催します。早期発見・早期治療の重要性を、多職種のスタッフから皆さんにお伝えする予定です。ご興味のある方は是非ご参加ください。

地域や病院の教室のご案内

◆甲賀市◆【おとなのフィットネス教室】

対象：16～64歳の方(定員30人・参加費無料)
1週間前までに申込みください。

10/24(水) 8:30～11:30(受付9:00～)
場所：サントピア水口

【内容】
生活習慣病・栄養に関する基礎知識
手軽な運動実技

【持ち物】
筆記用具、動きやすい服装、運動靴、
タオル、水分補給できるもの

申込先：甲賀市すこやか支援課 0748-69-2168

◆湖南市◆【こころと身体健康相談】

月曜日～金曜日 8:30～17:15
場所：湖南市保健センター

保健師・管理栄養士などが相談に応じます。
また、ご希望に応じて健康に関する心配ごと病気のことなどについて、ご家庭を訪問します。

問合せ先：湖南市保健センター 0748-72-4008

◆公立甲賀病院◆【糖尿病教室】

どなたでもご参加できます。参加費無料。

日時	内容
11月6日(火) 14:00～15:00	制限は必要ない? 楽しみながら続ける食事のヒント
12月17日(月) 15:00～16:00	糖尿病と薬と私
1月9日(水) 15:00～16:00	小さな運動コツコツと
2月19日(火) 13:00～14:00	足に潜んでいる危険! あなたの足は大丈夫?
3月13日(水) 14:00～15:00	「健康」は「健口」から 糖尿病と歯周病の深い関係

申込先：公立甲賀病院 0748-62-0234 内科 大村医師

◆糖尿病フェスタ◆

日程 平成30年11月14日(水) 14:00～16:00
会場 公立甲賀病院 健診棟

《レクチャー》 ①14:15～14:35 ②15:00～15:10

① 「糖尿病にやりやすい人って、どんな人？」

医師 村田幸一郎

② 「かんたん! 糖尿病体操」

理学療法士 西村謙太郎(公立甲賀病院 リハビリテーション科)

《イベント》血糖値測定・簡単フットケア・栄養・お薬相談など

参加費無料 申込み不要

◆甲南病院◆【糖尿病教室】

申込不要、参加費無料。

甲南病院小会議室にて14時～1時間半程度開催。

日時	内容
第1回 11/19(月) 14:00～	・高血糖昏睡 ・薬の移り変わり～インスリンの巻～ ・合併症予防!! ～食物繊維の摂り方～
第2回 12/17(月) 14:00～	・糖尿病治療 ・運動について詳しく知ろう ・年末年始の食事の摂り方
第3回 1/21(月) 14:00～	・糖尿病と歯周病の関係 ・お茶を飲むタイミング ～理由を理解して正しい飲み方を覚えよう～ ・自己管理と気持ち
第4回 2/18(月) 14:00～	・糖尿病教育入院のすすめ ・お家でできる糖尿病の検査 ～自己血糖測定器の使い方～ ・災害時の食事について
第5回 3/18(月) 14:00～	・糖尿病 まとめ ・糖尿病と足病変について ・糖尿病の食事療法のまとめ

日時/テーマが変更になる場合がありますので、院内掲示物やホームページ、電話等で確認をお願いします。

☎ 甲南病院 0748-86-3131(代表)