



滋賀県健康づくりキャラクター「しがのハグ&クミ」

地域のみなさんの健康と暮らしに役立つ情報紙

保健衛生情報は、南部健康福祉事務所(草津保健所)ホームページに掲載しています。

⇒ <http://www.pref.shiga.lg.jp/e/k-hwc/>

シリーズ連載

糖尿病を知ろう

第1回「糖尿病ってどんな病気？」

糖尿病は、血液の中で糖分（血糖）が異常に増える病気です。
全身の血管を傷つけ、動脈硬化が進行し、様々な合併症を引き起こします。

糖尿病が引き起こす三大合併症

脳卒中や心筋梗塞、
認知症のリスクも！

糖尿病神経障害

(足壊疽の主因)

手足のしびれ、感覚麻痺、
場合によっては下肢切断

糖尿病網膜症

(成人の中途失明原因の第2位)

目の網膜の血管が傷んで、
失明にいたります

糖尿病腎症

(人工透析が必要になる原因の第1位)

腎臓の機能が低下し、
人工透析が必要になります

血液検査でわかる糖尿病の目安

健康診断で
現状を知ることが
第一歩です！

空腹時血糖値 (mg/dl)

血糖が血液中にどのくらいあるのかを示す

ヘモグロビンエーワンシー

HbA1c (%)

最近 1,2 か月の血糖の平均的な状態を示す

生活の改善が
必要

糖尿病が
否定できない

糖尿病が強く
疑われる(要治療)

100

110

126

5.6

6.0

6.5

→ 次回は「湖南圏域は糖尿病の人が多い？」を取り上げます。

小児救急電話相談



#8000

または

077-524-7856

休日や夜間のお子さまのケガや発熱等で、病院へ行った方がよいかどうか判断に迷ったときにご利用ください。臨床経験のある看護師または保健師がアドバイスいたします。

相談日

平日・土曜日

よる6時 ~ あさ8時(翌日)

日曜日・祝日および年末年始

あさ9時 ~ あさ8時(翌日)

対象者

県内在住の15歳(中学生)以下の子どもと、その家族等

※ この電話では、診察や治療は行いません。

9月24日(日)～30日(土)は「結核予防週間」です

今でも1日に50人の新しい患者が発生し、5人が命を落としている、

日本の重大な感染症です。

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。現在では医療や生活水準の向上によって、きちんと薬を飲めば完治できる時代になりました。

しかし「昔の病気」と思っていたら大間違いです。「結核の統計 2017」によると、2017年の新登録結核患者数は17,625人、そして死亡者数は1,889人と、今でも多くの方がかかる感染症なのです。

制作：公益財団法人結核予防会



- タンのからむ咳が2週間以上続いている
- 微熱・身体のだるさが2週間以上続いている

2週間以上咳やタンが続くようなら早めの受診を！

最初は風邪に似た症状で始まりますが、左記にあてはまる場合、早めに医療機関を受診しましょう。また、高齢者の場合は症状が出ないことがありますので、症状がなくても、毎年定期的に健康診断を受けましょう。

10月17日(水)～23日(木)は「薬と健康の週間」

かかりつけ薬剤師・薬局は自分のことを知ってくれる、お薬のパートナー。

薬は正しく使用することで、その効果を最大限に発揮します。平成28年4月からスタートした「かかりつけ薬剤師・薬局」の制度を活用して、薬のことについて身近に相談できるパートナーを見つけましょう。

※ かかりつけ薬剤師の制度について、詳しくはお近くの薬局等にお問い合わせください。



9月10日(月)～16日(日)は「自殺予防週間」

周囲の気づきと言葉でいのちを支えましょう!

- 表情が暗く元気がない
- 死をほのめかす投げやりな態度
- 仕事や家事で失敗が目立つ
- 酒量が増えた
- 体調不良(頭痛・腹痛・肩こり・腰痛など)を訴える
- 口数が少なく、周囲との交流を避ける

こんな様子が
気づいたら声かけを。

自殺を考えている人は、何らかのサインを出しています。

**一人で迷わず
相談してみよう!**



こころの健康相談統一ダイヤル
(9:00～21:00、年末年始除く)

0570-064-556

よりそいホットライン(24時間対応)

0120-279-338