

糖尿病教室のご案内

糖尿病は国民病です

男性の6人に1人、女性の10人に1人が糖尿病にかかっていると考えられています（H28年厚生労働省・国民健康栄養調査）

糖尿病の治療は、血管合併症予防のために必要です

糖尿病自体は痛くもかゆくもありません。血糖コントロールが不十分だと、いわゆる「血管病」（心筋梗塞や脳梗塞、腎不全など）になります。

諏訪中央病院では、糖尿病教育入院を行っています

糖尿病の理解を深め、疾患への向き合い方などについて経験豊富なスタッフと一緒に学んでみませんか？

糖尿病教室の対象者

- * 現在糖尿病境界型と診断されている方
- * 糖尿病で内服薬やインスリン注射治療中の方
- * 腎臓病の合併症に不安をお持ちの方



当院の糖尿病教室の特徴

- ① 持続血糖測定器を用いて、入院前後を含めた糖尿病の療養を行います（別紙参照）
- ② 筋肉量を測定して、運動療法の必要性を確認します
筋肉量の低下と糖尿病の相関が指摘されています。筋肉量を測定する事で、運動療法の必要性を判断します。
- ③ 多数の経験豊富なスタッフが糖尿病についてお話しします

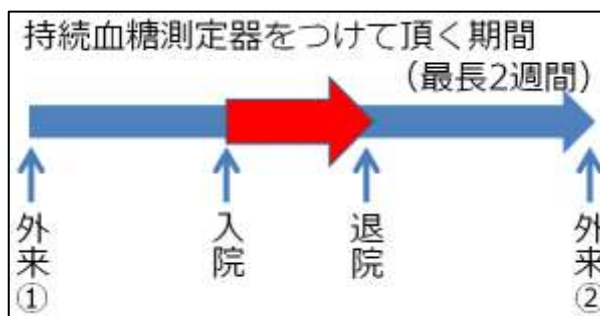
期間（月1回開催 木 曜日入院 ⇒ 土 曜日退院）

| | |
|------------------|------------------|
| 5月17日（木）～19日（土） | 6月21日（木）～23日（土） |
| 7月26日（木）～28日（土） | 8月23日（木）～25日（土） |
| 9月27日（木）～29日（土） | 10月25日（木）～27日（土） |
| 12月13日（木）～15日（土） | 1月10日（木）～12日（土） |
| 2月14日（木）～16日（土） | 3月7日（木）～9日（土） |

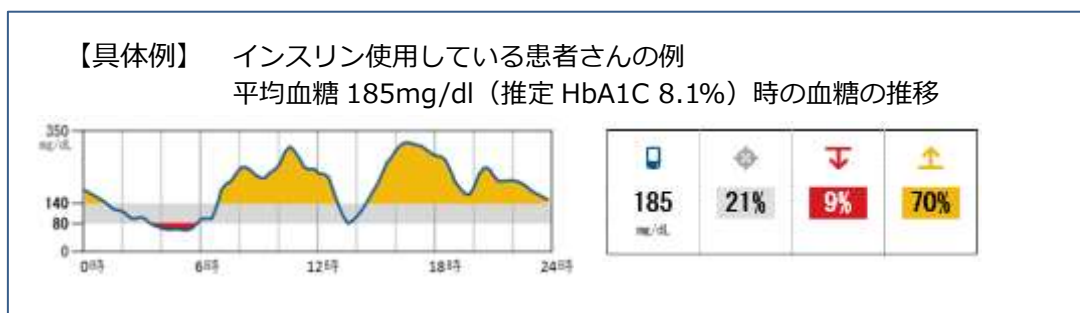
* 日程が変更する場合がありますので、ご了承ください

* 費用（保険入院）：
3割負担の方 ⇒ 約4.5万円（外来 約5千円、入院 約4万円）
1割負担の方 ⇒ 約1.5万円（外来 約2千円、入院 約1.3万円）

🍀 持続血糖測定について（※希望者のみ）



1. 外来①で肩口に 500 円玉程の大きさのセンサーを取り付けて頂きます。
入院前に血糖測定器を装着して、数日間過ごして頂きます（外来①）
2. 入院時に入院前の血糖の推移を確認し、必要な指導をおこないます
問題が無ければ、センサーをつけたまま退院して頂きます。
3. 退院後、外来でセンサーを取り外します。その時に退院後の自宅での血糖の推移を確認し、必要な指導を行います。（外来②）
4. センサーは 500 円台の大きさで、シールで皮膚に接着します。
最長 2 週間の血糖の推移を記録します
防水機能がしっかりしているので、つけたままで、お風呂にも入れます。水泳もできます。



🍀 持続血糖測定器をつけることで…

- ① 24 時間の血糖推移（最大 2 週間）
- ② 食事、運動、治療による血糖の変化

がわかります！

🍀 指導担当者

医師（糖尿病科、皮膚科など）、看護師・薬剤師・臨床検査技師・管理栄養士・
理学療法士・歯科衛生士（糖尿病療養指導士有資格者ら）

● お問合せ 諏訪中央病院 内科外来