

大崎市民病院

田尻診療所だより

Vol.4 2024.3月発行

CKA

C・・・地域に密着
K・・・患者さん
家族に寄り添う
A・・・アットホームな
診療所



田尻診療所では、『**C・K・A**』をモットーに患者さんを第一に考え、患者さん家族や行政・地域包括支援センターと連携して、地域のかかりつけ医療機関として医師・看護師等診療所スタッフ一同で支援を行っています。

当診療所には、

一般内科・高血圧・糖尿病

専門分野の医師と

宮城県糖尿病指導療養士

の看護師が
在籍してます！

Q&A

Q1. 糖尿病療養指導士って何？

A. 一言でいうと・・・
糖尿病ケアの**プロフェッショナル**

Q2. 糖尿病の治療って？

A. 生活習慣の質改善や維持・服薬・投薬などです
糖尿病の治療で最も重要なことは
*患者さんが病気を**自己管理**すること！*

Q3. 糖尿病療養指導士の仕事って？

A. 糖尿病ケア特有の仕事としては、合併症のリスク低減のためのフットケア、インスリン注射の指導、血糖値の測定の指導、生活習慣の指導など糖尿病とともに生活をしている人が自分らしく生活できるように血糖コントロールや社会生活の支援を行います

病気を知ろう！！ ～ 糖尿病 ～

糖尿病とは？

インスリンという血糖値（血液中のブドウ糖の濃度）を下げるホルモンの分泌・作用が十分でないため、血糖値が高くなっている状態で、放置すると全身に様々な影響が出てきます。自覚症状が少ない病気で発症すると治癒することはないと言われています。近年、糖尿病患者数は生活習慣と社会環境の変化に伴って急速に増加しています。



糖尿病の種類

- ・ **1型糖尿病**
*膵臓のインスリンを出す細胞が破壊されることによって起こる
- ・ **2型糖尿病（日本人の約9割）**
*運動不足・肥満・ストレスなどの生活習慣が原因
- ・ **その他の糖尿病**
*他疾患によって起こる二次糖尿病や遺伝子異常等
- ・ **妊娠性糖尿病**
*妊娠によって起こる糖代謝異常

糖尿病の原因は？

日本人の約9割が2型糖尿病であり、運動不足・肥満・ストレスなどの生活習慣や加齢。

2型糖尿病は生活習慣病と言われています。

セルフチェック！

- ☐ 疲れやすい
- ☐ しきりに喉が渇いて大量の水分を摂る
- ☐ 尿の回数と量が多くなる
- ☐ 体重が急激に減る
- ☐ 手足のしびれなどの症状がある



3大合併症！

糖尿病の3大合併症は
“し・め・じ”

し 神経の障害：糖尿病性神経障害

手足のしびれ、こむら返り

め 目の障害：糖尿病性網膜症

網膜症→失明

じ 腎の障害：糖尿病性腎症

腎症→透析

起こりやすい順

当てはまる項目がありましたら、
お近くの医療機関に相談ください

