

糖尿病は生活習慣の改善で防げます！

糖尿病とは？

現在、日本では約890万人に糖尿病の疑いがあるといわれています。

糖尿病は、インスリン作用の不足により、高血糖状態が続くためにおこります。

- ・空腹時血糖が126mg/dl(基準値110mg/dl)
- ・HbA1cが6.5%以上のそれぞれを糖尿病型といい、血糖とHbA1cの両方の値が同時、または再検査で糖尿病型である場合を、糖尿病と診断します。



典型的な徴候は、多飲・多尿・多食で、無症状のことが多いです。
糖尿病になると、食物から取り込んだグルコースを
体のエネルギーとして使えなくなり、
血液中にグルコースがあふれてしまいます。
そして、無治療で放置すると、体重減少や神経障害、
疲労感、視野狭窄などを併発し、
重症化すると意識障害を起こすこともあります。



糖尿病は生活習慣病の一つで、食生活の乱れや運動不足、肥満などによって引き起こされます。

治療には、生活習慣の改善が必要ですし、症状や体調により、患者さんご自身でお薬の量を調節しなければなりません。



⇒ ご本人が病識をもって、病気と向き合うことが必要です。

外来では

血液・尿検査、心電図、眼底検査、胸部レントゲン、腹部エコー、腹部CTなどの検査を行い、食事指導、運動指導、薬剤指導を行っていきます。

