

とってこわい糖尿病

糖尿病は、初期の段階では症状がなく、放っておくと悪化し、合併症を引き起こす大変危険な病気です。
糖尿病に関して、正しい知識を身に付け、糖尿病予防に努めましょう。



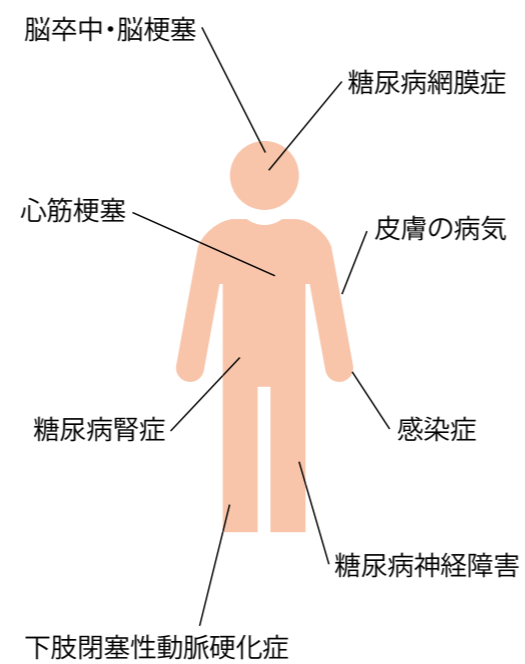
糖尿病とは？

糖質(血糖)を調整するホルモン(インスリン)が不足したり、作用が不十分なため、常に血糖が高い状態になっている病気です。自覚症状に乏しく、重篤な合併症を引き起こす特徴があります。

糖尿病の症状は？

初めは全く自覚症状がありませんが、血糖が徐々に上昇してくると、全体倦怠感・頻尿・尿量増加・体重減少・口渇などの症状が出てきます。また、合併症による症状も出てきます。

どんな合併症が出るの？



このほか、高血圧や脂質異常症、腎臓病のある人が糖尿病になると、それらの症状を悪化させます。
糖尿病特有の合併症は、三大合併症です。

三大合併症とは？

- ①糖尿病神経障害
合併症の中で最も早く症状が現れます。手足のしびれ、けがや火傷に気づかない、筋肉の萎縮、立ちくらみ、発汗異常など症状は様々です。
- ②糖尿病網膜症
眼の底にある網膜の血管が悪くなり、視力が弱まります。失明する場合や白内障になる場合もあります。
- ③糖尿病腎症
腎臓の働きが悪くなり、尿が作れなくなり、人工透析が必要になり、週に2・3回、病院などで透析を受けるため、日常生活に大きな影響を及ぼします。

糖尿病予防教室

講話のほかに簡単な運動や健康的な食事、血液検査などを行う教室です。
全4回を予定しています。ぜひご参加ください。



ところ
岸本保健福祉センター

参加費
900円(全日程分)

申込期限
12月5日(月)

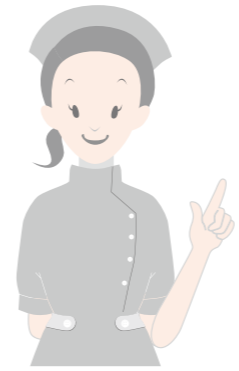
	とき	内容
1日目	12月8日(木) 14:00~16:00	・講演会 ・生活状況の聞き取り など
2日目	平成24年1月13日(金) 9:00~15:00	・血液検査 ・食事の基本と1日の食べ方 ・糖尿病と運動 など
3日目	平成24年2月1日(水) 9:00~15:00	・血液検査 ・調理実習 ・運動実践 など
4日目	平成24年2月24日(金) 9:00~15:00	・血液検査 ・調理実習 ・個別指導 など

糖尿病予防講演会

とき 12月8日(木) 14:00~15:00
ところ 岸本保健福祉センター
演題 糖尿病はなぜこわい？
講師 飛田医院 院長 飛田義信 氏
※予防教室の一環として行います。※申込不要



糖尿病の種類



1型糖尿病	・すい臓内のインスリンを作る細胞が破壊され、体内のインスリン量が絶対的に不足して発症する。 ・子どものうちに発症することが多い。
2型糖尿病	・インスリンの分泌量が少なくなって発症するものと、インスリンの働きが低下して発症するものがある。 ・食事や運動などの生活習慣が関係している場合が多い。 ・我が国の糖尿病の95%がこのタイプ。
遺伝子の異常やほかの病気が原因	・遺伝子の異常や肝臓・すい臓の病気、感染症などの他の病気が原因となって発症する。 ・薬剤が原因の場合もある。
妊娠糖尿病	・妊娠中に発見された糖尿病。 ・新生児に合併症が出ることもある。

【問い合わせ・申込み先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536