

糖尿病教室ニュース

～ 糖尿病とは～

糖尿病サポート委員会 糖尿病看護認定看護師 角出 孝子

今月は西田院長からの話

今年度最初の糖尿病教室は、西田院長から現代に糖尿病患者の人口が増加した背景や、何のために糖尿病治療をするのかというお話をさせていただきました。健康な人と変わらない生活をしながら糖尿病の合併症を予防するために、「HbA1c 値の目標値は 7.0%未満を目指す」ことが、2013 年に熊本で行われた糖尿病学会で宣言されました。

糖尿病治療の基本は食事療法と運動療法！すなわち生活習慣を見直し、良い習慣を身につけることが必要です。糖尿病について正しい知識を学び、自己管理をしっかり行いましょう。患者さんそれぞれの体型や年齢、性別、病歴に応じたオーダーメイドの治療が必要です。自分にあった方法で、よい血糖コントロールを目指して取り組んでいきましょう。

参加者の様子

最近の糖尿病患者の増加と、車社会の影響による運動不足や脂質や糖質の多い食事との関係についてみなさん聞きながら聞かれていました。西田院長への質問タイムでは、緊張されたのでしょうか？いつもより質問されるかたはまばらでした(笑)

<コラム>

糖尿病協会が糖尿病患者さんに向けて月刊「さかえ」という雑誌を発行しています。治療の最新情報から、食事・運動・薬物療法に至るまで分かりやすく丁寧に書かれています。糖尿病についてもっと知りたいという方は一度お尋ねください。問合せ先：日本糖尿病協会 TEL：03(3514)1721

<7%
熊本宣言2013



©2010熊本県くまモンプロジェクト

血糖コントロール目標

コントロール目標値 ^{注4)}			
目標	血糖正常化を目指す際の目標 ^{注1)}	合併症予防のための目標 ^{注2)}	治療強化が困難な際の目標 ^{注3)}
HbA1c(%)	6.0未満	7.0未満	8.0未満

治療目標は年齢、罹病期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定する。

