



# 糖尿病セミナー通信

当院では、糖尿病教室を開催しています。教室では医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師等の専門スタッフが病状の説明や食事療法、運動療法、薬物療法等のお話をしています。

糖尿病の患者さん、その家族の方、糖尿病に関心のある方など、自由に参加できます。ぜひ、お気軽にご参加ください。

2月はこんなお話でした。



2月17日

## 糖尿病治療薬【薬剤部】

お薬は食事療法と運動療法だけではどうしても血糖コントロールが十分できない方へ使用します。飲み薬は大きく7つに分けられます。膵臓を刺激してインスリンを分泌させる薬、糖の吸収を遅らせる薬、インスリンの働きを高める薬などがあります。

糖尿病のお薬やインスリンを使用している方は低血糖に注意しましょう。

### 低血糖の症状「は・ひ・ふ・へ・ほ」

はらが減り 異常な空腹感 生あくび ふらつき	ひやあせ 冷や汗 顔が青白い	ふるえ 手足の震え
へんにドキドキ 動悸	ほうちは昏睡 昏睡・痙攣	

低血糖症状があるときはすぐに**ブドウ糖**の摂取を！

## フットケア【看護部】

糖尿病の合併症には、**し**(神経障害) **め**(網膜症) **じ**(腎症) があります。

神経障害は魚の目、白癬といった糖尿病足病変を起こします。

毎日足を観察しましょう。

深爪をしないこと、入浴時のフットケア、保湿を大切に！



## 間食との上手なつきあい方【栄養管理部】

間食には、果物、乳製品、イモ類での代用が適しています。

洋菓子などの嗜好食品と上手につきあいましょう。

低糖質な間食、「こんにやくチップス」の試食を行いました。

電子レンジを使ってできる簡単なレシピです。ぜひお試しください！

