



糖尿病教室

糖尿病について正しい知識を身につけよう!



コロナウイルス感染症拡大防止のため、
完全予約制 (先着 15 名) となります。

ご来院前に必ず地域医療連携室 (045-911-8115) までお電話をお願いいたします。

予約制

日程：~~4/20~~・8/17・11/16・2/15

時間：14：10～15：10

場所：横浜新都市脳神経外科病院
カンファレンスルーム

講師のご紹介

糖尿病内科医師 古屋 圭介 (ふるや けいすけ)

資格▶日本内科学会認定内科医学博士 日本糖尿病学会専門医 Infection Control Doctor(ICD)

糖尿病は一度発症すると完全に治るということはありません。しかし、自分の状態に合わせて治療を行えば、健康な人と何ら変わらない生活を送ることができます。正しい知識をもち、上手に糖尿病と付き合いましょう。



栄養科 管理栄養士

糖尿病の治療のひとつとして、「食事療法」があります。管理栄養士は、入院中の食事や栄養指導で糖尿病患者様のサポートを行っています。

田園都市線江田駅からのアクセス 徒歩 10 分



最寄りバス停 江田駅発 13：54 発 → 江田ドエル前 13：57 着
【江田ドエル前】 江田ドエル前発 15：31 発 → 江田駅着 15：37 着

せ間
先合
わ



IMS(イムス)グループ 医療法人社団明芳会

横浜新都市脳神経外科病院 地域医療連携室 TEL:045-911-8115

〒225-0013 横浜市青葉区荏田町 433

糖尿病って…?

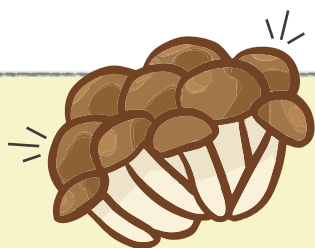
しめじって…?

糖尿病で代表的な合併症に、【し・め・じ】があります。

これらには自覚症状がほとんどなく、気づかないうちに進行してしまうので注意が必要です。

糖尿病の治療は、この合併症を防ぐために行います。血管障害が進行して、心筋梗塞や脳梗塞、透析、失明、足切断という深刻な事態になるのを防ぐためには、糖尿病をできるだけ早く診断して、血糖の値を正常化し、合併症に対して適切な治療を行っていくことが必要なのです。

(糖尿病内科医師 古屋)



糖尿病の3大合併症

糖尿病の3大合併症はそれぞれの最初の文字をとって“しめじ”と覚えましょう！

- し 神経の障害：糖尿病神経障害
- め 目の障害：糖尿病網膜症
- じ 腎臓の障害：糖尿病腎症

5大栄養素

たんぱく質

糖質

脂質

ミネラル

ビタミン



栄養素は私たちの体の機能を調整する働きがあります！

糖尿病の食事療法では、①適切なエネルギーの食事を摂ること ②栄養素のバランス(5大栄養素)を整えること ③規則的な食事習慣が大切です。管理栄養士からは、食事療法の基本についてお伝えします。「体に良い」と言われる食品でも、摂りすぎてしまったりは栄養素の偏りが起きてしまいます。ぜひこの機会に、一緒にご自身の普段の食生活を振り返ってみませんか？

(管理栄養士)