

いっとき
行くは一時の面倒、行かぬは一生の**大損失**

高血糖

1 1カ月以内に必ず受診を!

健診で「要治療」「要精密検査」の結果が来たら

監修：久保 明

医療法人財団百葉の会銀座医院
院長補佐／東海大学医学部客員教授／
日本臨床栄養協会副理事長／医学博士

健診結果で引っかけた!と落ち込んでいる場合ではありません。放っておくと重症化の一途をたどり、一生病気と付き合うことにもなりかねません。**結果から目をそらすか、しっかり向き合うかが運命の分かれ道。**この機を逃さず、1カ月以内に必ず医療機関を受診し、健康な体を取り戻しましょう。

重症化するほど
医療費が増大!



糖尿病は血管がボロボロになる病気

高血糖とは、血液内のブドウ糖が過剰になっている状態。これが長く続くと、血糖値を調整する役目のインスリンの働きが悪くなり、糖尿病が進行します。血液中に溢れたブドウ糖は血管や神経にダメージを与え、やがて糖尿病腎症をはじめとしたさまざまな合併症が引き起こされます。

恐ろしい合併症が待っています

糖尿病網膜症



重症化すると症状の改善が難しくなる!

やがて失明することも!

糖尿病神経障害



血流が悪くなり、指先などの末端の感覚が鈍くなる

えそ 壊疽を起こし、足を切断する場合も!

糖尿病腎症



一生人工透析が必要になることも!

1回4~5時間、週3回程度も!

こうならないために!

早期受診は、本格的な糖尿病になり重症化する前に引き返すことのできる絶好のチャンスです。だから「要治療」「要精密検査」の結果が届いたら…

1カ月以内に必ず医療機関へ! 詳しくは裏面をご覧ください▶



全国健康保険協会 大阪支部

協会けんぽ

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>



早期受診が回復のカギです!

受診と治療の流れ

1

医療機関を受診

かかりつけ医なら、なお安心

かかりつけ医や地域の身近な医療機関(内科など)を受診しましょう。受診の際には健診結果を持参するとともに、気になる症状やこれまでの生活習慣などをしっかり伝えましょう。より精密な検査により、糖尿病かどうか、糖尿病の場合はその型や進行の具合など、現在の状態をくわしく診断します。



2

症状に応じた適切な治療が受けられます 薬が不要のことも

血糖値のコントロールは、**食事療法と運動療法**が基本です。医師の指導のもと、食生活を見直して摂取エネルギーを適正にするとともに、適度な運動を習慣づけ、血糖値を正常値に近づけます。食事療法・運動療法だけでは血糖値が下がらないときに、服薬や注射による薬物療法を行います。



3

血糖値の改善

健康でハツラツとした毎日に

血糖値のコントロールは、「**継続**」が大切。日々、食生活習慣の改善と運動習慣の継続を心がければ、健康で快適な生活を続けることができます。



早期受診のチャンスを逃さずに!

コロナ禍でもきちんと受診を!

早期に受診すれば、適切な治療と生活習慣改善で、糖尿病の進行を抑えることも可能です。また、コロナ禍だからと受診を控えることは健康状態の悪化につながり、さらには新型コロナウイルス感染症の重症化リスクを高めることにもなってしまいます。**健診で「要治療」「要精密検査」となったとき、迷わず一歩を踏み出しましょう。**この機会を逃さずすぐに受診することが、明るい未来への切符となります。

お問い合わせ先

全国健康保険協会(協会けんぽ)大阪支部

保健グループ

☎ **06-7711-4302** (直通)

〒550-8510 大阪市西区靱本町1-11-7
信濃橋三井ビル6F

受付時間: AM8:30~PM5:15(土・日・祝日・年末年始を除く)

協会けんぽ大阪支部

検索



© 社会保険出版社
禁無断転載

UD
FONT

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。