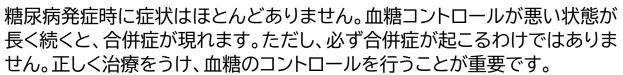
# 医療法人筑後市立病院 糖尿病委員会 2022 年 4 月発行

春山菜が、お店に並ぶ季節となりました。そんな春山菜の多くには、抗酸化作用がありタンパク質や脂質は少なく、食物繊維が多く、種類によって異なりますが、ビタミンCなどのビタミンやミネラルが豊富なのも特徴です。旬の山菜の香りや苦みを上手に利用して、食卓で春を楽しむのはいかがですか。ただし「薬も過ぎれば害となる」という言葉もあります。腎機能が悪い方はカリウムの摂りすぎには注意が必要です。何事にも過剰摂取にならないように気を付けましょう。



#### テーマ 【糖尿病の3大合併症とは?】

### 神経障害・網膜症・腎症です





#### 糖尿病性神経障害

【症状】足のしびれ・痛み・感覚の低下・低 血圧・下痢や便秘といった全身に及ぶ

足にできたちょっとした傷や水虫を放置していると、そこから足が腐ってしまい切断しなければならなくなる。

### 糖尿病性網膜症

糖尿病と言われてから数年~20 年くらいで発症すると言われている。

最初は自覚する症状がほとんどなく、症状が 現れる頃には網膜症が進行していることが 多い。最悪の場合、失明してしまう 可能性もある。

#### 糖尿病性腎症

最初のうちは自覚する症状はないが、放って おくと腎臓が全く働かなくなり、人工透析が 必要になることがある。腎症の病期は、腎臓 の機能に障害がない第1期から、 腎症が進行し、透析が必要になる 第5期までに分かれている。

## 《定期的な検査がカギ!!》

神経障害⇒網膜症⇒腎症の順で合併症が現れることが多い

- ・神経障害:毎日入浴時に足を観察し清潔に 保ちましょう。
- ・網膜症:定期的に眼科受診しましょう。
- ・腎症:病期に応じた治療が行われます。早期発見、早期治療で腎機能の低下を予防し進行を防ぎます。

## 当院では糖尿病透析予防指導が受けられます

糖尿病透析予防指導とは、腎症 2 期以上の外来通院する患者さんを対象に、医師、看護師、管理栄養士等がそれぞれの立場で支援を行うものです。糖尿病性腎症初期ではほとんど

自覚症状はありません。定期的に検査をうけ 腎機能を確認することが大切です。



#### 🃂 ~お知らせ~

新型コロナ感染拡大防止のため 外来糖尿病教室(内科) 糖尿病試食会(栄養科) は中止となっております。 お問い合わせ ☎0942-53-7511代)