

2024年度 糖尿病教室

糖尿病と共に生活をしていくためには、糖尿病のことを知ることが大切です。

糖尿病教室では、患者さんが糖尿病を自己管理するために必要な知識や技術を提供します。



実施スケジュール

金曜日 14:00~15:30 ※8種類の講義内容を4回に分け、繰り返し実施

疾患の理解 薬物療法	食事療法① 運動療法	食事療法② 検査と セルフモニタリング	足病変とフットケア マウスケア
5月10日	5月17日	5月24日	5月31日
6月7日	6月14日	6月21日	6月28日
7月5日	7月12日	7月19日	7月26日
8月2日	8月9日	8月16日	8月23日
8月30日	9月6日	9月13日	9月20日
9月27日	10月18日	10月25日	11月1日
11月8日	11月15日	11月22日	11月29日
12月6日	12月13日	12月20日	12月27日
2025年1月10日	1月17日	1月24日	1月31日
2月7日	2月14日	2月21日	2月28日
3月7日	3月14日	3月21日	3月28日

場所：平塚共済病院 診療研修棟3階 コミュニティルームB
(玄関から案内板を掲示します)

- ◎ **予約制**。申し込みには、**糖尿病内分泌代謝内科への受診(カルテ)**が必要です。
- ◎ 詳しい内容・持ち物については、裏面をご参照ください。
- ◎ 参加費は保険診療に基づいてお支払いいただきます。

スタッフ一同、感染対策に努めていきます。参加人数の制限等を一部変更して行う事がありますが、何卒ご協力お願い申し上げます。

お問い合わせ：平塚共済病院 看護相談室 電話 0463-32-1950(内線 347)

講義内容・持ち物



疾患の理解(担当:医師)

- 糖尿病の種類
- なぜ糖尿病になるのか
- どのように糖尿病の診断をするのか
- 糖尿病の治療の目標は
- 血糖値以外にも気を付けることは
- 糖尿病の合併症とその予防

持ち物:なし



薬物療法(担当:薬剤師)

- 糖尿病の薬の種類
- 糖尿病の薬についてわかりやすくお話しします。
- 薬物療法を理解して合併症のリスクを減らしていきましょう。

持ち物:お薬手帳
またはお薬の説明用紙

食事療法①②(担当:管理栄養士)

毎日の生活の中で、食事は大きな楽しみの一つですよ。
糖尿病があっても、おいしく、楽しく、食事をしていただきたいと考えます。
血糖管理を上手にするための食事について一緒に学びませんか？

(内容)1回目 バランスのよい食事をするための基礎知識
2回目 外食、間食、飲酒について

持ち物:なし



運動療法(担当:理学療法士)

- 糖尿病の運動療法の基本について
- 運動療法の実際で、セラバンド体操やストレッチングを行いますので、動きやすい服装でご参加下さい。

持ち物:なし



検査とセルフモニタリング(担当:臨床検査技師)

- 糖尿病の検査についてお話します。
- 検査の意味やデータの読み方を知って、良いコントロール状態を保ちましょう！

持ち物:糖尿病連携手帳(あれば)



足病変とフットケア(担当:医師・看護師)

- どのような足病変があるか
- 足病変の原因
- フットケアって何？
- 足のお手入れって何するの？
- 日ごろの生活で気を付けること

持ち物:なし



マウスケア(担当:看護師)

- 歯周病について
- 糖尿病と歯周病の関係について

持ち物:普段お使いの歯ブラシ

