

# 9月19日 金曜日 糖尿病を学ぶ集いがありました

## 今回のテーマ

糖尿病と腎臓について

腎臓内科医師 山本 義浩

「運動習慣を身につけよう！

糖尿病運動療法・ここがポイント」

理学療法士 佐藤 武志



★今回は外来通院中・入院中の 81 名（うち初回44名）の参加がありました★

### 糖尿病と腎臓について

＜腎症の進み方について＞

一度かかったら症状によっては毎月受診しなければいけないものではなく、半年に一度くらいの受診検査が必要。病院を受診し、検査を受け今の状態を知ることが大切です。



### 運動習慣を身につけよう！ 糖尿病運動療法・ここがポイント

運動の種類を説明し、2～3種類ずつ実施しました。

自宅に帰ってからも続けられる運動を、注意点を交えて説明しました。



### 質問

- 1 腎臓病食と糖尿病食の違い
- 2 階段の上り下りは体にいいですか？
- 3 運動に適した時間はいつですか？
- 4 食事はどこまで厳格に行わなければならないですか？

これらの質問に、医師・理学療法士から回答をしました。

### ●次回学ぶ集いのご案内

テーマ： 糖尿病網膜症  
糖尿病と歯周病

担当：内分泌・糖尿病内科医師・眼科医師・歯科医師

開催日時 平成26年10月17日（金） 14時～15時

会場 岡崎市民病院 西棟地下2階 第7, 8会議室

参加費 無料

申し込み 事前の申し込みは不要です。当日会場へお越しください。