

糖尿病の重症化予防のために

保健指導をうけてみませんか

おいらせ町糖尿病性腎症重症化予防プログラム

《町の保健師・看護師・栄養士があなたをサポートします》

おいらせ町では、糖尿病が重症化して人工透析が必要になるのを防ぐため、医療機関と連携した「おいらせ町糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を策定しました。

- 検査結果の見方がわからない。
- 病院では聞きづらいことがある。
- バランスの取れた食事を知りたい。

など、あなたのご質問に対して主治医の助言をもとに、面談や電話でおおよそ1年間の保健指導を行います。

【保健指導の流れ】

1 か月目：検査結果や生活状況、体調を確認します。

3 か月目：検査結果を確認し、取り組み目標を設定します。

また、自己管理を続けるためのアドバイスを行います。

6 か月目：検査結果を確認し、目標の評価と必要に応じて見直しをします。

12 か月目：1年間の検査結果を比較し、これまでの取り組みを振り返り、評価します。

保健指導は無料です



糖尿病性腎症とは？

糖尿病の三大合併症のひとつに糖尿病性腎症があります。進行すると慢性腎不全になり、さらに末期腎不全にいたると血液透析治療が必要になります。日本では糖尿病性腎症のために毎年 16,000 人以上が透析を開始しており、新規透析導入の主な原因の第 1 位となっています。

腎症の自覚症状（からだのだるさやむくみ、貧血、消化器症状など）は進行しないと現れないため、自分の腎臓が悪いと気づいたときには、すでに腎不全になっていることが多くみられます。

＜お問合せ先＞ 〒039-2136 おいらせ町中下田 135-2
おいらせ町健康保険課 国民健康保険係 TEL：0178-56-4218