

# 糖尿病

問い合わせ 社会健康課 ☎2153

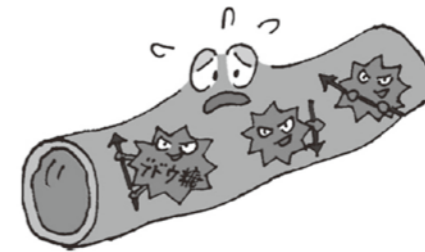
## 静かに進行する“沈黙の病”

あなたは知っていますか？  
糖尿病は自覚症状がほとんどない状態で病状が進んでしまうことを・・・  
気づいたときにはかなり進行していることも少なくありません。



**Q 糖尿病ってどんな病気ですか？**  
A 食事として摂ったブドウ糖が血液中であふれている病気です。

糖尿病は、血液中のブドウ糖の量が多い、つまり高血糖が続いている状態のことです。すい臓から出るインスリンというホルモンの働きによって血液中のブドウ糖は細胞に取り込まれます。このインスリンの量が減ったり働きが弱ったりすると、血液中にブドウ糖があふれ出し、高血糖になります。糖尿病の方は約6人に1人いるといわれています。またそのうち4割程度が未治療ともいわれています。

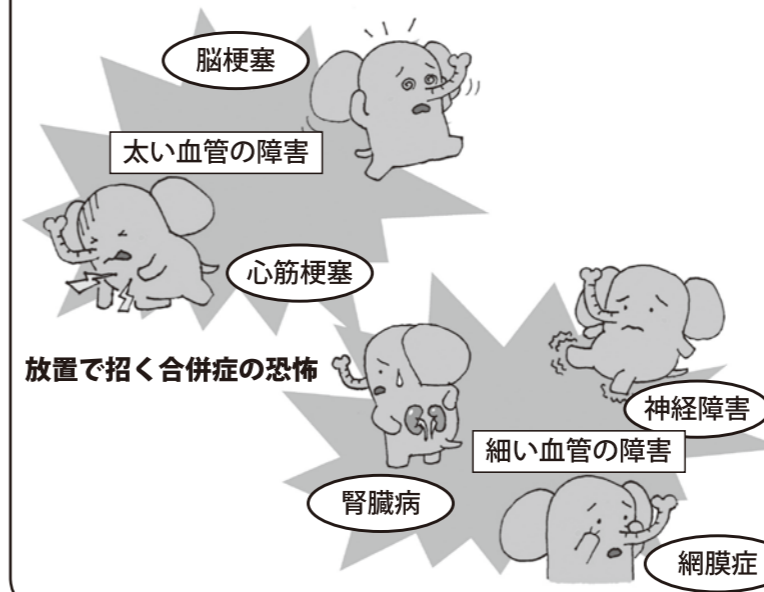


**Q 糖尿病の症状はどんなものがありますか？**  
A 初期の段階でははっきりした症状がないことが多い、長い間にだんだんとさまざまな症状が始められます。

糖尿病になっても最初は症状がないことが多いのですが、のどが渇く、トイレの回数が多くなる、傷が治りにくいなどの症状が始め、悪化すると疲れやすい、食べているのに痩せるなどの症状も出現します。また血糖値が極めて高くなると意識障害をおこすこともあります。

**Q 糖尿病の合併症ってなんですか？**  
A 目、腎臓、神経の障害をはじめ、脳卒中、心筋梗塞などの命に関わる病気になりやすくなります

自覚症状がないからと糖尿病を放っておくと、全身の臓器に障害が出てきます。糖尿病の怖さは合併症にあるといってもいいかもしれません。特に目の網膜、腎臓、神経が障害を受けやすく、網膜症、腎症、神経障害が三大合併症といわれ、進行すると失明や人工透析にいたりします。また動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞、壊疽などが起こり、命に関わったり、後遺症が残ったり、足の切断をしなければならぬこともあります。



**Q 糖尿病はどうしたらわかるの？**  
A 血液中の「ヘモグロビンA1c」と「血糖値」を調べます。

血液検査の「ヘモグロビンA1c」や「血糖値」が糖尿病の指標となり、有効な発見方法です。

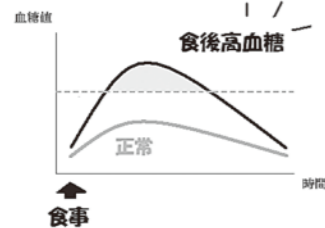
市が行っている、特定健診や一般健診の血液検査にはこれらの検査が含まれています。年に1度は健診を受けて、自分の体の総チェックをお勧めします。

※ヘモグロビンA1cとは、赤血球内のヘモグロビン（体内に酸素を運ぶ役目）と血液中のブドウ糖が結合したもので、過去1〜2か月の血糖の平均的な状態を知ることができます。

### ちょっと豆知識

**食後高血糖は「隠れ糖尿病！」**

空腹時血糖は正常なのに食後の血糖値が高いことがあります。「隠れ糖尿病」ともいわれ、やがて糖尿病へ進行していく危険性が高い状態です。空腹時血糖が正常でも、実は隠れ糖尿病かもしれません。食後高血糖の可能性も考え、検査してみましょう。



※食後高血糖の指標の一つである「食後尿糖じぶんチェック」をするための尿検査紙を無料で提供しますのでお試しください。希望される方は、社会健康課までお越しください。

### 個別健診を実施しています

市では指定医療機関での個別健診を実施しています。個別健診は、希望の医療機関で都合の良い日に受診することができます。なお、受診期間は平成26年2月28日までです。

申し込み方法

○ 特定健診または一般健診のみ受診の方

6月末に対象の方に、受診券を送付しています。ご希望の医療機関をご予約の上、お手元の受診券と保険証を持参し受診ください。受診券をなくされた方は、社会健康課へ申請してください。

○ がん・肝炎ウイルス検診をご希望の方

申込用紙を社会健康課へ。詳しくは「平成25年度大竹市健診・がん検診のしおり」をご覧ください。申込用紙としおりは、市役所・各支所・総合市民会館・各公民館・市ホームページにあります。

### 市内個別健診(検診)実施医療機関

医療機関名	電話番号	健康診査				
		特定健診 一般健診	がん検診 大腸がん	肝炎ウイルス検診 子宮がん	乳がん	肝臓炎
大竹中央クリニック	☎6200	○	○	×	×	○
大竹外科胃腸科医院	☎5222	○	○	×	×	○
しまだファミリークリニック	☎3022	○	○	×	×	○
レディースクリニック とよしま医院	☎7789	○	○	○	×	○
荒田クリニック	☎4100	○	○	×	×	○
坪井クリニック	☎8337	○	○	×	×	○
シルククリニック	☎3313	○	○	○	×	○
大和橋医院	☎3059	○	○	×	×	○
本町医院	☎4427	○	○	×	×	○
松前内科医院	☎2815	○	○	×	×	○
村井内科胃腸科医院	☎8138	○	○	×	×	○
渡辺医院	☎1151	○	○	×	×	○
阿多田診療所	☎7061	○	○	×	×	○
佐川内科医院	☎2233	○	○	×	×	○
メープルヒル病院	☎7451	○	○	×	×	○
広島西医療センター	(受付)☎7183 内線: 2140 (代表)☎7151	特定健診のみ	●	○	○	●

●広島西医療センターでは、一般健診は受診できません。また、「大腸がん検診」と「肝炎ウイルス検診」は特定健診と同時に受診の場合のみ受診できます。

### 渡辺医院

渡辺 健一郎 先生

糖尿病は早期に発見し適切な治療を受ければ、合併症も予防でき、健康な人と同じような生活を送ることが可能です。まず健康診断を受けてみましょう。食事療法や運動療法などの生活習慣改善は、症状がないときに好きなものを我慢したり、面倒なことをすることは口で言うほど簡単ではないでしょう。でもやってみましょう。病気が進んでからの治療は何倍もたいへんです。

