

# 2017年度 糖尿病教室スケジュール

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。平塚共済病院では糖尿病教室を行い、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ています。



## 糖尿病教室日程 金曜日 14:00~16:00

疾患の理解 薬物療法	食事療法① 運動療法	足病変とフットケア マウスケア	食事療法② 検査とセルフモニタリング
5月12日	5月19日	5月26日	6月2日
6月9日	6月16日	6月23日	7月7日
7月14日	7月28日	7月21日	8月4日
8月18日	9月1日	9月8日	9月15日
9月29日	10月6日	10月13日	10月27日
11月10日	11月17日	12月1日	11月24日
12月8日	12月15日	2018年1月5日	2017年12月22日
2018年1月12日	1月26日	1月19日	2月2日
2月9日	3月2日	2月16日	3月9日

## 土曜日教室日程

2017年 8月26日 (土) 10:00~16:00

2018年 2月24日 (土) 10:00~16:00



場所：平塚共済病院 診療研修棟3階、玄関から案内板を掲示します

◎参加について：要予約

申し込みには内分泌科への受診（カルテ）が必要になります。

◎詳しい内容については、別紙をご参照ください

◎持ち物は、参加の内容によって変わります。ご確認ください。

◎参加費は保険診療に基づいてお支払いいただきます。詳細は主治医又は看護師へご確認ください

◎各勉強会で患者会の紹介もします

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

企画：平塚共済病院 糖尿病診療チーム

### 疾患の理解で学べること(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

(慢性合併症と急性合併症)

など、糖尿病に必要な基礎知識を学べます

講義に必要な持ち物:なし



### 足病変とフットケアで学べること

(担当 足病変:医師 フットケア:看護師)

どのような足病変があるか

足病変の原因は(どのような人がなりやすいか)

足病変を放っておくとどうなるか

フットケアって何?

足のお手入れって何をするの?

日ごろの生活では何に気を付けるの?

みなさんが「足を守る」ためにできること、今日か

ら一緒に始めましょう!

講義に必要な持ち物:なし

### マウスケアで学べること(担当:看護師)

糖尿病の第6の合併症と言われる歯周病について、糖尿病と歯周病の関係についてお話します。口腔内の健康にご興味のある方は、是非ご参加ください!!

講義に必要な持ち物:なし

### 糖尿病の薬物療法(担当:薬剤師)

糖尿病の薬ってどんな薬があるんだろう。

糖尿病の薬についてわかり易くお話します。

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。

講義に必要な持ち物:お薬手帳、またはお薬の説明用紙をご持参下さい。



### 運動療法で学べること(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(セラバンド体操やストレッチングを一緒に行ないます)

必要な持ち物:動きやすい服装

### 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!

講義に必要な持ち物:計算機(電卓、携帯電話など)

糖尿病連携手帳(あれば)

### 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1つですよ。糖尿病であっても、おいしく、楽しく、食事をしていたきたいと考えます。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

講義に必要な持ち物:電卓、食品交換表