

→今月の【 掲示板 】2024/8月~2024/9月

今月の待合室は、リハビリ科より『運動療法について』を掲示しています。

# 理学療法ハンドブック 糖尿病

## 今月の担当は リハビリ科 です

### 糖尿病とは

膵臓から分泌されるインスリンというホルモンの不足や働きが弱くなることで、血液中の糖（ブドウ糖）がうまく使えず、血糖値が高くなる病気です。

インスリン不足  
インスリン作用が弱くなる

インスリン分泌不足  
インスリン作用が弱くなる

### 糖尿病の種類

1型糖尿病	2型糖尿病
膵臓からインスリンがほとんど分泌されない	膵臓からインスリンが分泌されるが、不足している
膵臓からインスリンがほとんど分泌されない	膵臓からインスリンが分泌されるが、不足している
膵臓からインスリンがほとんど分泌されない	膵臓からインスリンが分泌されるが、不足している

### 糖尿病の合併症

糖尿病によって起こる合併症

- しびれ、神経痛、感覚がなくなるなど
- めまい、頭痛、嘔吐（吐き気）
- けいけん、けいけん（けいけん）
- えんどう、えんどう（えんどう）
- のどの、のど（のど）
- のど、のど（のど）

### 糖尿病の合併症を予防して、いまでも生き生きと

合併症を予防して、いまでも生き生きと

### 高血糖として起こる症状

- のどが乾いて水をたくさん飲む
- 体が重くなる
- 生活が疲れる
- 目がぼやける
- 足のむくみ
- 足の痛み

### 合併症として起こる症状

- 目がぼやける、見えにくい
- 手足が痺れる
- 手足がむくむ
- 足の痛み、かゆみ

### 糖尿病の治療目標と一般的な治療

治療目標

コントロール目標

項目	目標値
HbA1c	6.5未満
空腹時血糖	7.0未満
朝食前血糖	8.0未満

### 運動療法

運動は、血糖値を下げる効果があります。

### 食事療法

食事は、血糖値をコントロールするために重要です。

### 薬物療法

薬物は、血糖値をコントロールするために使われます。

### 日常生活の中での工夫

日常生活の中での工夫

### 自己管理の工夫

自己管理の工夫

### トピック!

#### 夏は暑い足のトラブル

夏は暑い足のトラブル

#### 足を守るケア

足を守るケア

#### あなたの生活と理学療法

あなたの生活と理学療法

#### 理学療法士 検索

理学療法士 検索