

# 流山市 糖尿病性腎症重症化予防プログラムのご案内

流山市では、糖尿病性腎症の発症・重症化のリスクのある方を対象に「流山市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を実施します。かかりつけ医で受診を続けながら、保健師・管理栄養士などの専門職が6か月間、あなたをしっかりとサポートします。



## 糖尿病性腎症とは

糖尿病の合併症の一つで、高血糖状態が続くことにより、腎臓の機能が損なわれ、血液中の老廃物が尿として排出できなくなり、最終的には腎不全となる危険な病気です。人工透析が必要となる最も大きな原因となっています。



### ●重症化を防ぐためには

糖尿病の初期の段階では自覚症状に乏しく、診断されても治療をせず放置したり、中断したりする方が少なくありません。

#### 生活習慣の見直し

- ・ バランスの良い食生活
- ・ 適正体重維持
- ・ 適度な身体活動
- ・ 禁酒
- ・ 節酒

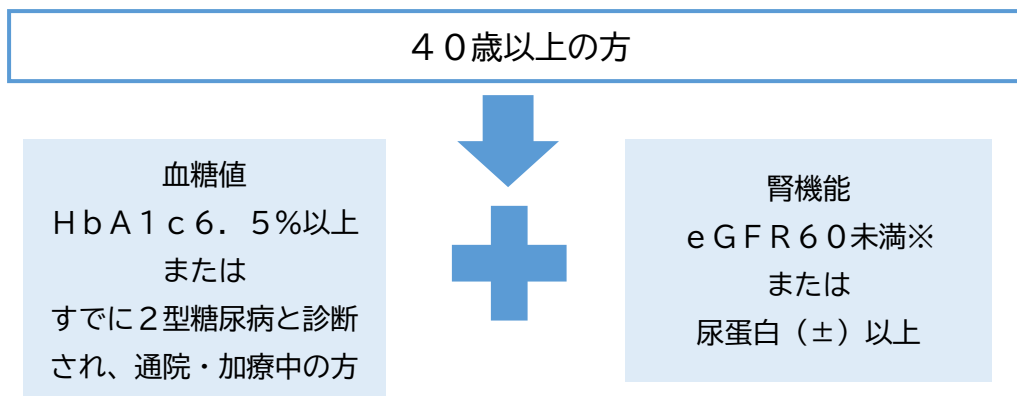


血糖・血圧  
コントロール

**早期治療・治療継続**  
がとても大切です



# プログラムの対象者






※70歳以上はeGFR 50未満

# プログラムの内容

かかりつけ医の治療方針に基づき、保健師・管理栄養士などの専門職が6か月間あなたにあった生活習慣改善に向けたサポートを行います。

## ●スケジュール

	初回	1か月目～5か月目	6か月目
支援方法	面談 	面談・電話・教室など 1～4回 	面談 
支援内容	<ul style="list-style-type: none"><li>生活習慣や通院状況を確認します</li><li>食事の状況などから、糖尿病重症化予防に向けたプランを考えます</li><li>専門職が面談・電話・教室などで、あなたの実践をサポートします</li><li>検査数値や生活習慣の変化を確認し、実践の成果を評価していきます</li></ul>		

プログラムに参加された方には、糖尿病重症化予防に向けた情報満載の特別なファイルをプレゼントします！



## ●プログラムに参加するためには..

特定健康診査などの結果より、対象者に「プログラム参加同意書」をお渡しします



「プログラム参加同意書」をご記入ください



かかりつけ医にご提出ください



お問い合わせ先

流山市役所 健康福祉部健康増進課（流山市保健センター）

電話：04-7154-0331 FAX：04-7155-4959

