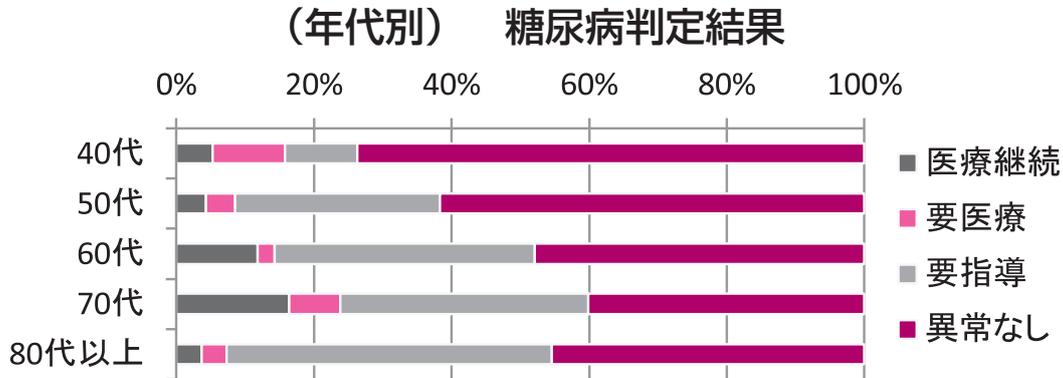


血糖値、HbA1cを上手にコントロールしましょう

今年度、特定健康診査を受診した382人のうち、糖尿病の指標である血糖値やHbA1cが「正常」と判定された方は27.2%、すでに糖尿病の治療をしている方は10.7%、再検査が必要な方は6.3%、日常生活に注意が必要な方は55.8%でした。



※参考：平成29年度特定健診結果

糖尿病は発症して数年経たないと症状は出てきません。ほとんど自覚症状がなく進行していきます。血糖値を下げる薬やインスリン注射が必要な状態とまではいなくても、血糖値が高めの方は普段の食事や間食、運動などで血糖値をコントロールしていくことが将来の合併症を予防するカギとなります。

すでに薬を飲んでいる方やインスリン注射を使用している方の目標値は年齢や合併症によって違いがあります。かかりつけ医の指示に従って低血糖・高血糖にならないよう上手に糖尿病と付き合っていく必要があります。

がん検診を習慣に



『がん』は、生涯のうち2人に1人がかかる病気です。自分はまだ大丈夫、体調が良いから大丈夫、がん家系ではないから大丈夫と思わず、年に1回は必ずがん検診を受けましょう。

検診は健康な人が受けるものです。症状がある場合は病院を受診しましょう。

がん検診 愛する家族への 贈りもの

今年度もヘルスアップin佐井でがん検診を行います 【胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん】

11月10日(土)に行われるヘルスアップin佐井でがん検診を実施します。5月～6月の検診を受診していない方に『がん検診のお知らせ』を郵送します。通知が届いた方で受診を希望される方は、期日までに申し込みをお願いします。申し込みされた方には後ほど問診票などをお送りします。