

血糖値が高めな方

血糖値が
どのくらいになると**糖尿病**??

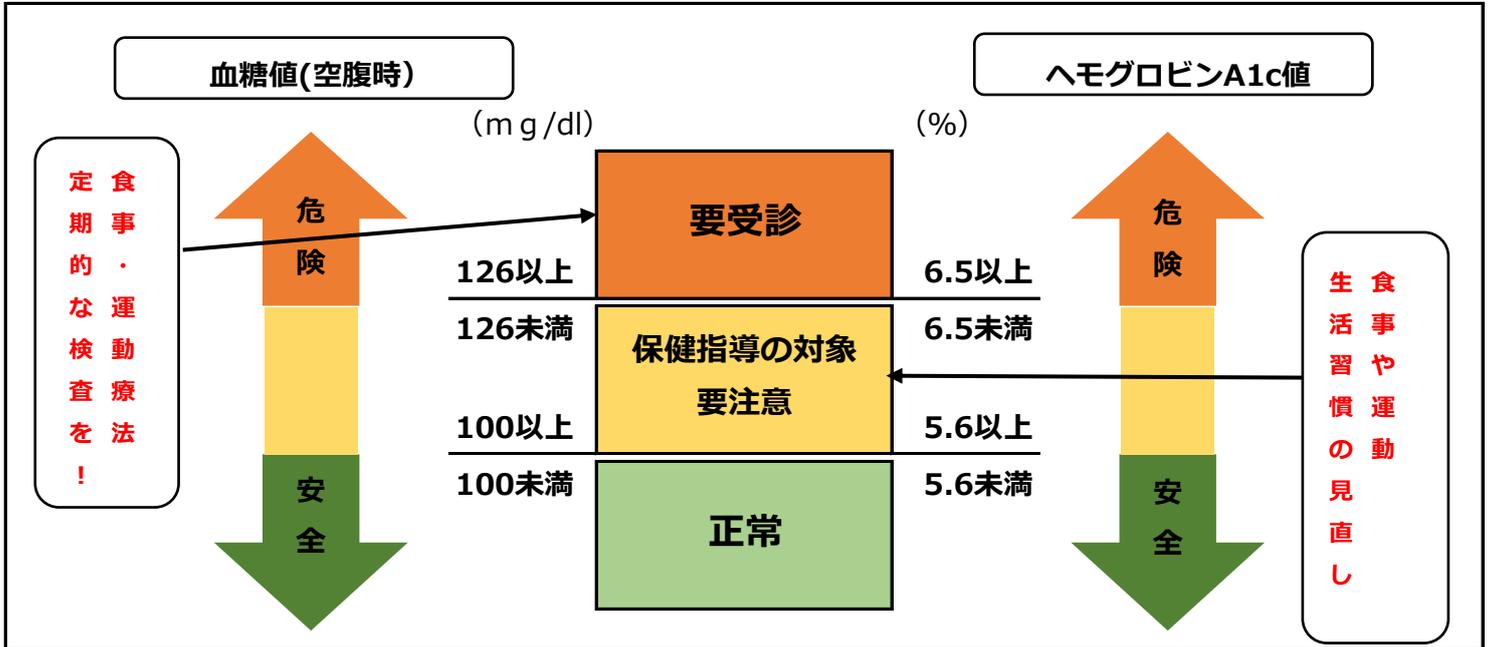


採血



尿検査

■あなたの血糖値は?ヘモグロビンA1c値は?



■高血糖状態が続くと「糖尿病」になる

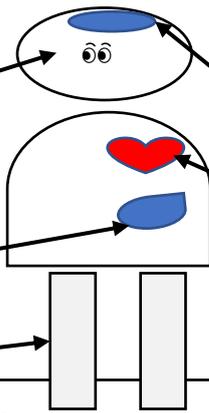
■糖尿病が進行するとこんなことに.....

糖尿病の3大合併症

目では・**糖尿病性網膜症**
(成人の失明原因NO1)

腎臓では・**糖尿病性腎症**
(放置すると人工透析に)

足では・**糖尿病性神経障害**
(持続するしびれ感や痛み)



脳では・**脳卒中**

心臓では・**心筋梗塞**

★糖尿病は動脈硬化を進行させ
心筋梗塞や脳卒中を引き起こす

糖尿病性壊疽

(神経障害の為、傷ができて
気づかず、壊疽が足にでき切断も)

高血糖になる原因はこれ! あなたの生活の中で思い当たることはありませんか?

■肥満 → 太っている人ほど糖尿病の危険が!

★栄養バランスの偏った食習慣(過食・野菜不足・高脂肪食・過度の飲酒など)

★運動不足・身体活動不足

■喫煙 ■ストレス過多 ■体質・遺伝など → これらは血糖値を上昇させる原因となります