

糖尿病 予防の知識学ぶ

11月まで
全7回 相澤病院 市民向け教室

松本市本庄2の相澤病院が一般市民向けに開催している「糖尿病教室」の本年度の教室が、このほど始まった。地域に根ざした医療機関として糖尿病の知識を広く発信したいと平成24年度に始まり、同病院の「糖尿病療養支援チーム」が毎年、多角的に解説して

初回は約60人が参加し、同病院糖尿病センター顧問の医師・相澤徹さんが、糖尿病の基礎知識や、予防や発病時の対処法について講演した。相澤さんは「糖尿病は誰もが発病する可能性がある」と話し、20歳ごろより5キ以上体重が増えた人や高血圧の人、60歳を過ぎた人などが「糖尿病になりやすい」と説明した。心臓などへの合併症の危険性も指摘した。



医師や看護師などが多角的に説明する市民向け講座「糖尿病教室」

食事の工夫や運動で予防できることや、発病しても食事療法や運動療法で症状が改善できることなども説明し「ぜひ手を打ってほしい」と呼び掛けた。

次回は5月13日午後2〜3時で、糖尿病看護認定看護師が日常生活で心がけるべきことなどについて講演する。問い合わせは相澤病院(☎0263・33

・8600)へ。

(小岩井貴之)