

糖尿病教室のご報告

2023年5月18日（木）14:00~15:00

今年2回目の糖尿病教室が5月18日に行われました。今回は14名の方にご参加いただきました。初夏を感じるような暖かい日にたくさんの方にお越しいただきました。

今回の内容は、

- 1) ミネラルを味方に！！ 管理栄養士より
- 2) 進化する注射薬 看護師より

管理栄養士からは、ミネラルについてのお話しでした。カルシウム、ナトリウム、カリウム、鉄、マグネシウムなどたくさんあるミネラルの内、今回は糖尿病にも関わっているマグネシウム、亜鉛、クロムについて詳しく説明しました。これらはインスリンの生成・貯蔵・分泌に関わっていたり、インスリンの働きを強める働きがあります。他にもとても重要な働きを担っているので、食事をとる時に意識していきたいですね。

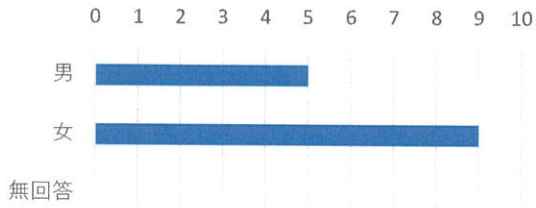
看護師からは糖尿病に関する注射薬についてのお話しでした。現在はインスリン注射以外にもGLP-1やGIP/GLP-1という注射があります。血糖が下がる仕組みとともに各注射の働き方やメリット・デメリットについて説明しました。最近では2型糖尿病患者様向けにメディカルダイエットとしてGLP-1注射やGIP/GLP-1注射が使われています。血糖値を下げる以外に減量の効果があるのです。筋肉量やリバウンドを防ぐために、注射に頼るだけでなく食生活に気を付けたり、運動も併用しながら使うことが大切です。

次回は7月20日（木）を予定しております。皆様のご参加をお待ちしております。

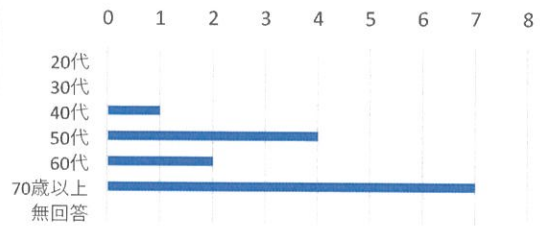


糖尿病教室アンケート

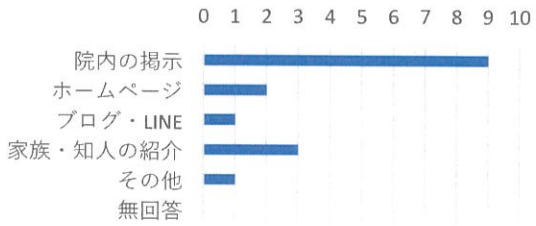
性別



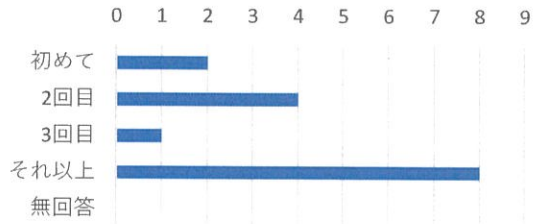
年齢



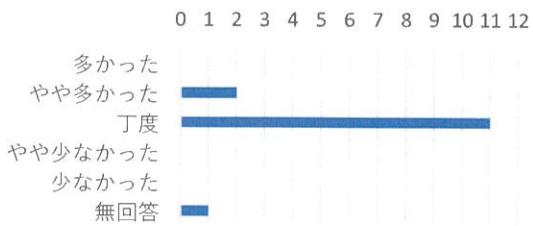
参加のきっかけ 複数回答あり



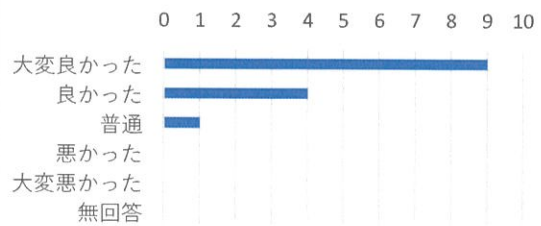
当院の糖尿病教室への参加回数は



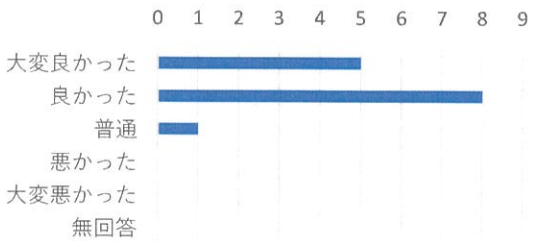
糖尿病教室のボリューム



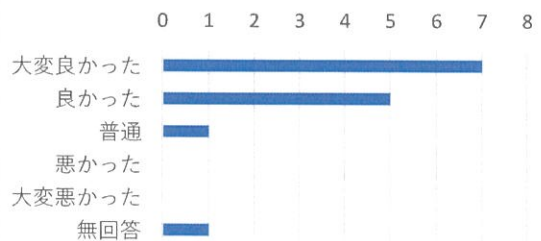
スタッフの対応



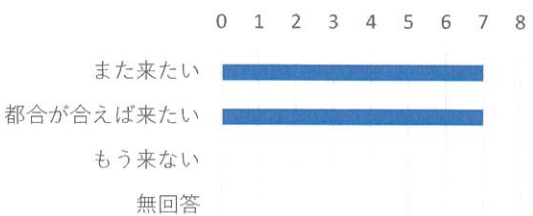
看護師のお話 (進化する注射薬)



管理栄養士のお話 (ミネラルを味方に!!)



次回も参加したいですか



参加者14名

糖尿病教室ご意見

- ・ありがとうございました
- ・とても勉強になりました。ありがとう。
- ・もう少し知識を深めたく思いました。ありがとうございました。感謝です。
- ・「ミネラルを味方に」の内容が特にvery good!!何を食べたらよいのかがよく分かりました。ありがとうございました。
- ・大河内先生の本を購入して読んでいます。「おもてなし」患者向けのクリニックを造られたことと他のクリニックには無いスタッフの気くばりされたすばらしいクリニックです。
- ・糖尿病患者と運動について詳しく知りたい。
- ・勉強になりました。本を読んでも頭に入りますが、このような講習会だと、もっと頭に入りますので、とてもありがたいです。
- ・腸内細菌のタイプ、（多様性）、増やし方を知りたい。ヨーグルトに入っている乳酸菌、ビフィズス菌の効果、効能、腸内での増やし方など。腸活について。