

一歩手前でご用心 境界型糖尿病教室




「血糖が少し高めといわれた・・・」「血糖が上がらないように用心したい」など、血糖が少し高めの境界型糖尿病の方へ、血糖の詳しい検査を行い、ご自分の身体の状態を知り、糖尿病の発症予防に向けて、食事や運動などの生活習慣改善へのお手伝いをいたします。

1、対象となる方

健康診断の結果で、空腹時血糖値 $110 \sim 125 \text{mg/dl}$ の方、または $\text{HbA1c } 5.2 \sim 6.0\%$ の方（現在、糖尿病で治療されている方は除く）

* ご注意 * 必ず1年以内に健康診断をお受けになっている方に限らせていただきます。菊池広域保健センター（養生園）以外で健康診断を受けられた方は、当日健診結果をお持ちください。

2、教室の内容

	内容	検査内容
1回	講話 「血糖の仕組みについて学びましょう」	身長・体重・腹囲・血圧 75gブドウ糖負荷試験 HbA1c 
2回	結果説明（個別相談）	保健師・管理栄養士

3、検査の内容・料金

A	ブドウ糖負荷試験+ヘモグロビンA1c	4300円
B	ブドウ糖負荷試験+ヘモグロビンA1c+空腹時インスリン量検査	5500円

検査の内容

- ・75gブドウ糖負荷試験（75gのブドウ糖を飲んで血糖値の変化を見ます。糖尿病を判定する精密検査で、2時間かかります。）
 - ・ヘモグロビンA1c（最近2ヶ月間の血糖値の平均を調べます。）
 - ・空腹時インスリン量（血糖を下げるインスリンが、どのくらい出ているのかを調べます。）
- 75gブドウ糖負荷試験は、体調によりお受けになれない場合もございます。

4、日程

期日：裏面の「各種健康教室・相談の日程表」をご覧ください。
受付時間：午前 8:30分（11:30 終了予定）
場所：菊池広域保健センター（養生園）

5、検査当日の注意

血糖検査がありますので朝食は、食べずにお越しください。
当日、体調が悪い時は連絡してください。
持ってくるもの：健診結果票、健康手帳（お持ちの方）

6、下記の方は、検査が安全に行われなことがありますのでお受けになれません。

胃を手術で切除されている方、胃痛やむかつき、下痢などの消化器症状のある方。
糖尿病で治療中の方。

7、お申し込み方法

「各種健康教室・相談のお申込書」をダウンロードされて必要事項をご記入の上、FAXか郵送にてお申し込みください。折り返し問診票を送付いたしますので、お手数ですがご記入の上、返信用封筒にて返信をお願い致します。

お願い

現在、なんらかの疾病で治療中の方は担当医師にご相談のうえお申込みください。