

# 糖尿病性腎症重症化予防 保健指導のご案内

糖尿病は適切な治療を基本にしながら、食事や運動など、日頃の生活の向き合い方で改善の可能性がある疾患です。

病状が改善されない場合は、深刻な合併症が心配されます。腎臓への負担が増えた場合は、人工透析につながるおそれがあり、日常生活に大きな影響を及ぼすことになります。

糖尿病の合併症の1つである腎症の重症化を予防し、**健康な生活を送っていただけるよう**、行政（お住まいの市）の保健師・管理栄養士などが、かかりつけ医の治療方針に基づき保健指導を行っています。

## ～保健指導の内容について～

生活習慣や治療状況を確認し、**改善のための目標**を設定します。目標達成のために、保健師または管理栄養士と一緒に効果的な取り組みを考え、継続して実施できるようサポートしていきます。

【期 間】 6 か月間

【場 所】 ご自宅または保健センター等

【実施方法】 月に1回程度、お一人おひとりの状況に合わせて**訪問・面談・電話等**により実施します。

【申込方法】 かかりつけ医へ保健指導に参加したい旨をお申し出ください。



詳しい内容のご確認は 由利本荘市市民課 連絡先 24-6244  
にかほ市健康推進課 連絡先 32-3000