

11月11日(月)～11月17日(日)は
全国糖尿病週間です糖尿病は様々な疾患の発症リスクが**高く**なります

健康な人と比較して・・・

動脈硬化約**5～6倍**

※1

脳梗塞約**2～4倍**

※1

虚血性心疾患約**3倍**

※2

認知症約**2～3倍**

※2

また、糖尿病は様々な合併症を引き起こします

神経障害 ※3

- ・ 足先のしびれや痛み
- ・ 歩きづらさ
- ・ 進行すると、壊疽による切断

網膜症 ※3

- ・ 進行すると失明

腎症 ※3

- ・ むくみ
- ・ 貧血
- ・ 高血圧
- ・ 進行すると人工透析や腎移植が必要

糖尿病になる前に**予防**することが大切です

健診受診によって血糖値を知ることができます

健診の
基準値空腹時血糖値: **100**mg/dL未満HbA1c: **5.6**%未満**年1回は健診を受診しましょう**

出典

- ※1: 糖尿病患者さんと医療スタッフのための情報サイト糖尿病ネットワーク
- ※2: 国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策研究所予防関連プロジェクト
- ※3: e-ヘルスネット

長浜市・米原市の
特定健診の日程情報などはこちら

長浜市



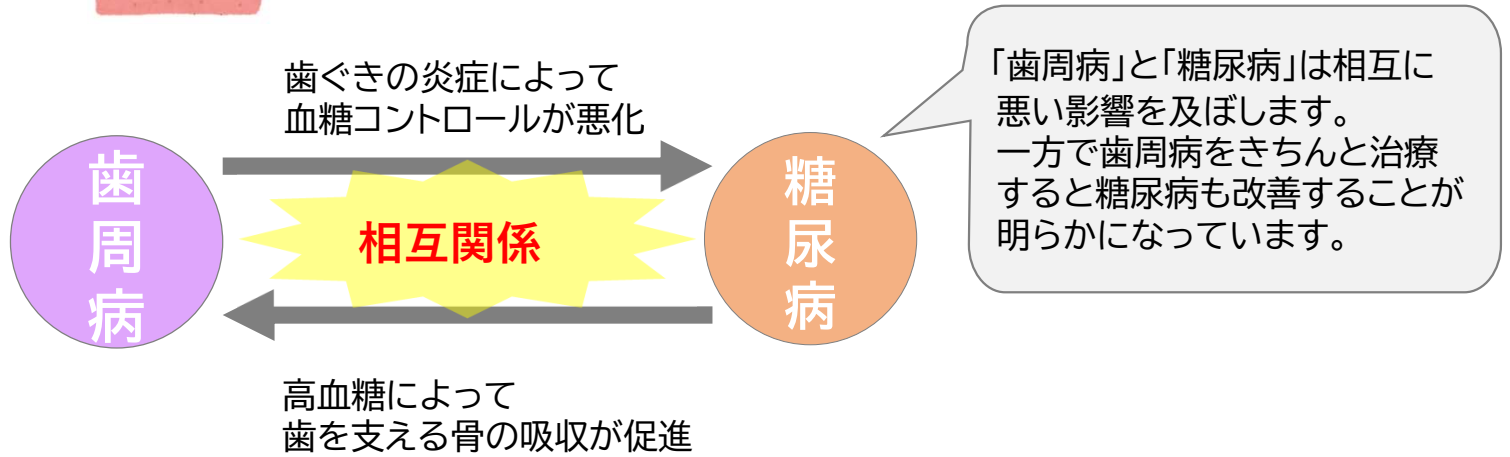
米原市





～11月8日は「いい歯の日」～

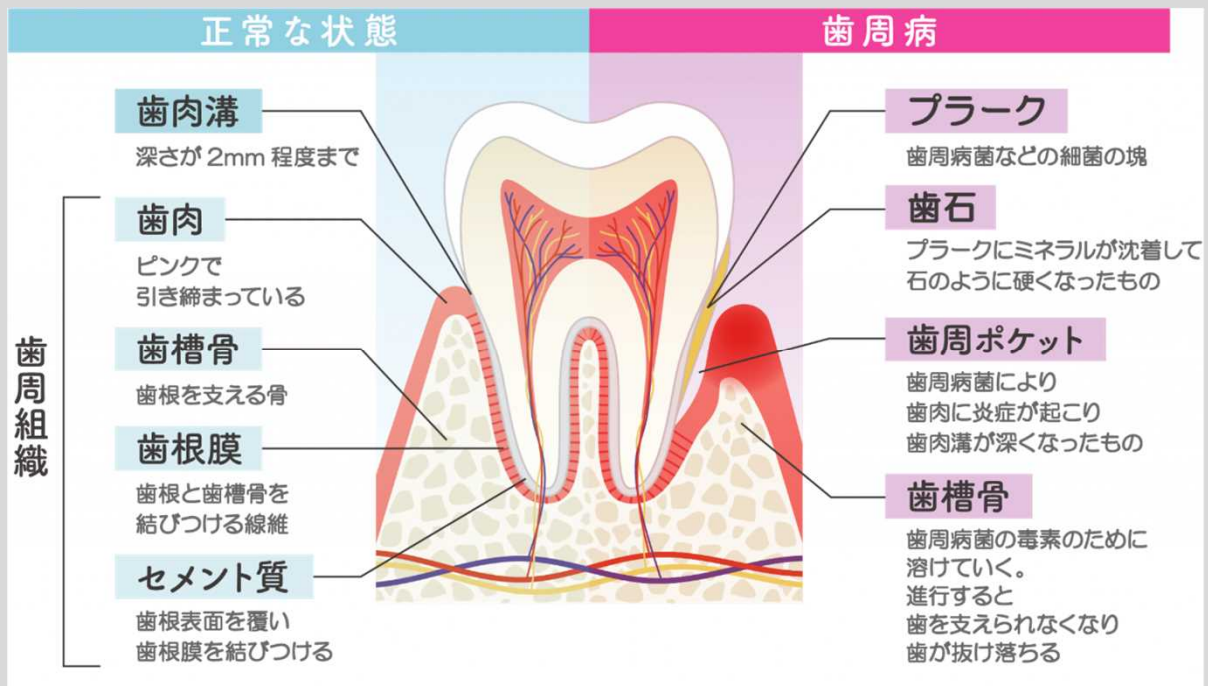
歯周病と糖尿病の深い関係



◎歯周病セルフチェック

次のような症状があったら、歯科医院を受診することをおすすめします。

- ☐ 朝起きたときに、口の中がネバネバする。
- ☐ 歯みがきのときに出血する。
- ☐ 硬いものが噛みにくい。
- ☐ 口臭が気になる。
- ☐ 歯がグラグラする。
- ☐ 歯肉がときどき腫れる。
- ☐ 歯肉が下がって、歯と歯の間にすきまができてきた。



参考・引用：厚生労働省 e-ヘルスネット



歯科マップで長浜市・米原市の歯医者さん情報をチェックできます。

長浜保健所 歯科マップ

検索



長浜保健所HP