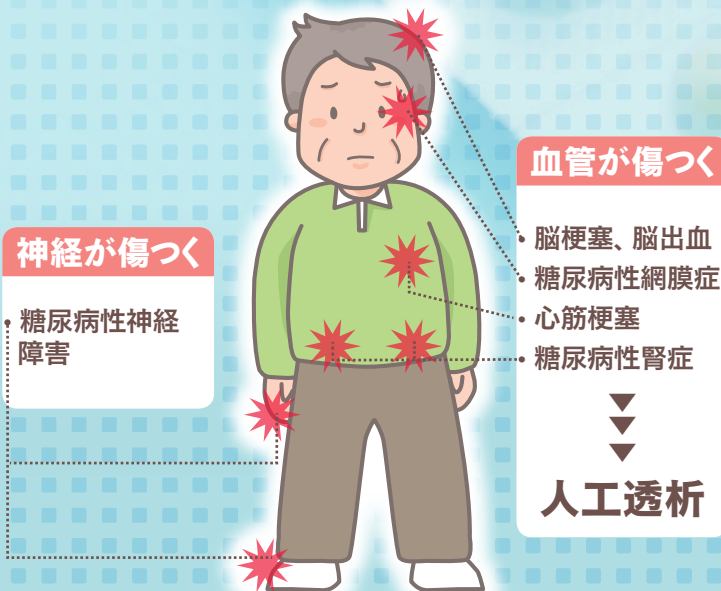


糖尿病が悪化する可能性のあるあなたへ

～秋田市国民健康保険糖尿病重症化予防保健指導のご案内～



このまま高血糖を放置すると、重大な合併症が全身におよびます。



✓人工透析にかかる医療費は
1人 約**50万円**/月!!

✓人工透析患者のうち
糖尿病が原因のかたは 約**5割**!!

[秋田市のレセプトから]



保健指導を受けることで将来のあなたを変えられるかも!

保健指導期間は6か月間

電話や面談を数回行います。(※詳細は裏面をご覧ください)

無料

改善ポイントについてご提案します

食事や運動、節酒、禁煙に関することなど。

時間は30分程度から

面談は、特定健診課におこしいただくか、担当者がご自宅や職場へ訪問することもできます。

管理栄養士や
保健師があなたに合った
生活習慣改善の
お手伝いをします♪





保健指導はこのような内容です



糖尿病性腎症などの
合併症についての説明



食事や運動などの
生活習慣について



受診の状況や現在服用
しているお薬について



初回面談

特定健診課やご自宅、職場でもOK

あなたの生活習慣の改善ポイントは何でしょう？
できそうなことを一緒に考えてみましょう。



1か月～5か月後

月1回程度の電話や面談での支援

生活習慣や身体の状態に変わりがないか教えてください。
気になることがあればご相談ください。



6か月後

電話か面談での支援

指導が終了した後も、あなた自身で自分の身体を守るように…

* 支援期間中は主治医と糖尿病連携手帳等で情報を共有させていただきます。

【問い合わせ】

秋田市市民生活部 特定健診課 TEL.888-5636