

糖尿病クイズ (解答&解説)

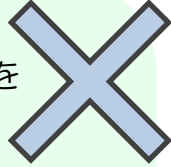
糖尿病について、クイズの解説で学びましょう。

Q1

ごはんを控えれば、お酒を飲んでも大丈夫？

【解説】

アルコールを飲んでもよいかどうかは、血糖コントロールや神経障害や肝機能障害など合併症の程度によって異なります。アルコールは、分解する際にビタミンと糖を消費するので、血糖コントロール困難になることがあります。飲酒を希望する場合には必ず主治医に相談しましょう。

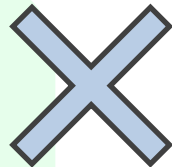


Q2

症状がないので、定期的な通院はしなくて大丈夫？

【解説】

糖尿病は症状が現れにくく、症状が出た時にはかなり進行している場合が多いです。糖尿病と診断されたら定期的な検査が必要です。

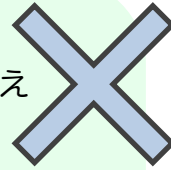


Q3

糖尿病になっても、薬さえ飲めば大丈夫？

【解説】

糖尿病の治療で重要なのは、生活の自己管理です。薬だけに頼るのではなく、食事や運動と併せて血糖をコントロールすることが大切です。

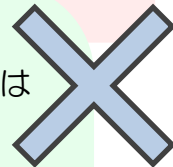
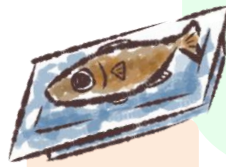


Q4

糖尿病になったら、食べてはいけないものがある？

【解説】

糖尿病だからといって食べてはいけないものはありませんが、量とバランスには気を付けましょう。また、高血圧や腎臓の合併症がある場合は主治医等に相談しましょう。

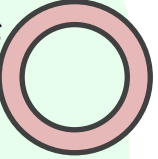


Q5

糖尿病が原因で人工透析が必要になることがある？

【解説】

透析につながる原因の1位は糖尿病です。長い間、血糖が高い状態が続くと、腎臓の機能が低下していきます。血糖を正常に保つことは、腎臓を悪くするのを抑えるうえでも大切なことです。

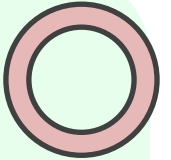


Q6

歯周病治療と血糖値は関係がある？

【解説】

歯周病と糖尿病は密接に関連し、歯肉の炎症がよくなるとインスリンが効きにくい状態も改善され、血糖値がコントロールしやすくなると報告されています。定期的に歯科受診をしましょう。

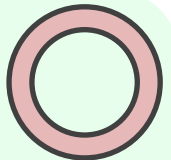


Q7

糖尿病には、眼科受診が必要？

【解説】

毎年 3,000 人以上の人が糖尿病性網膜症で失明しています。自覚症状がなくても、年に1回は眼科受診をしましょう。



糖尿病 ○ or × クイズ

解答・解説は裏ページにあります

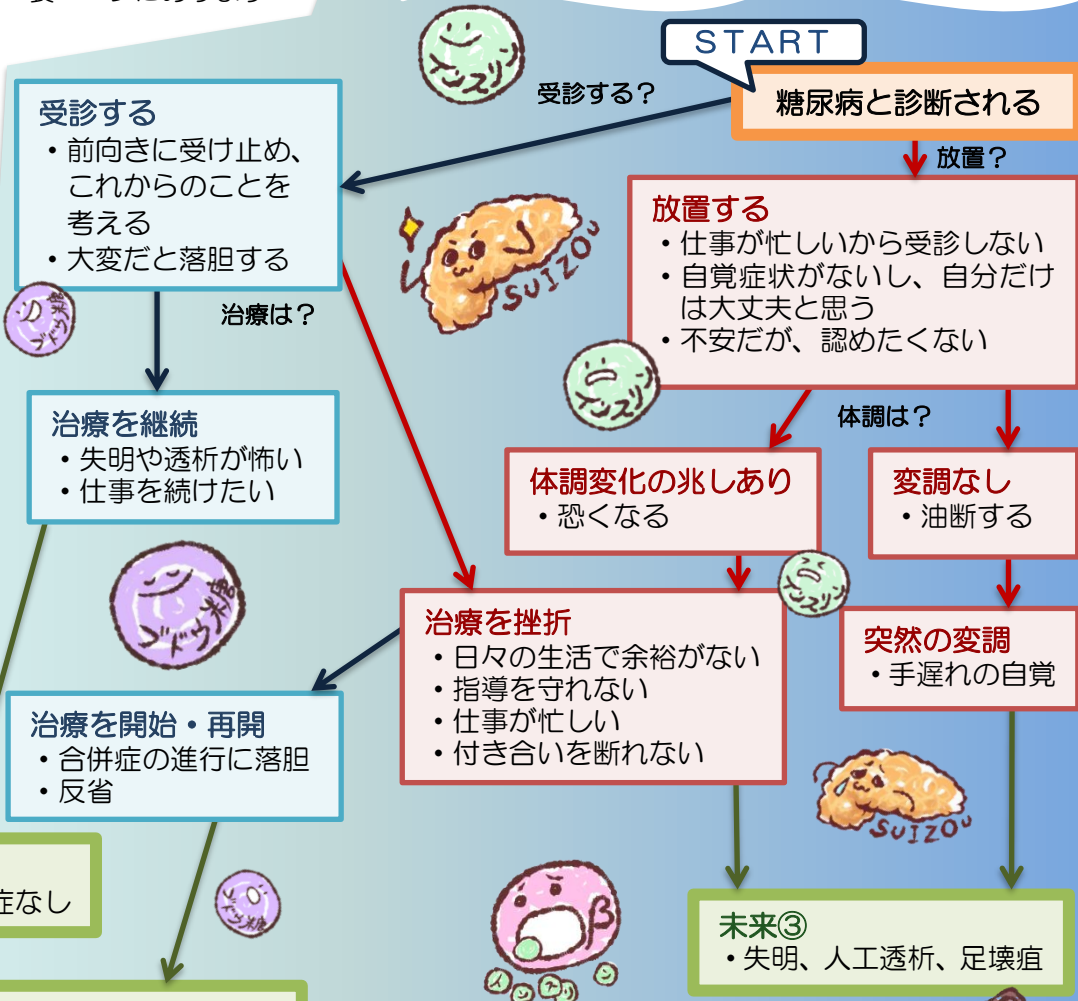
糖尿病フローチャート ~3つの未来~
あなたの生活を振り返ってみましょう。

Q4
糖尿病になったら、
食べてはいけないものがある？

Q5
糖尿病が原因で人工透析が必要になることがある？

Q6
歯周病治療と血糖値は関係がある？

Q7
糖尿病には、眼科受診が必要？



糖尿病のあなたに

Q1
ごはんを控えれば、
お酒を飲んでも大丈夫？



Q2
症状がないので、
定期的な通院は
しなくて大丈夫？



Q3
糖尿病になっても
薬さえ飲めば大丈夫？



未来①
・症状は安定、合併症なし

未来②
・合併症の兆候はあるが、失明
や透析までは至っていない

未来③
・失明、人工透析、足壊疽

【作成】

大阪府茨木保健所
〒567-8585 茨木市大住町 8-11
TEL : 072-624-4668 (代)
FAX : 072-623-6856
HP : <http://www.pref.osaka.lg.jp/ibarakihoken/>

※厚生労働省作成「糖尿病の治療を放置した働き盛りの今」掲載の「先輩たちが、今に至るまでに歩んだ道のり。」を参考に作成

クイズは**Q4~7**まであります

