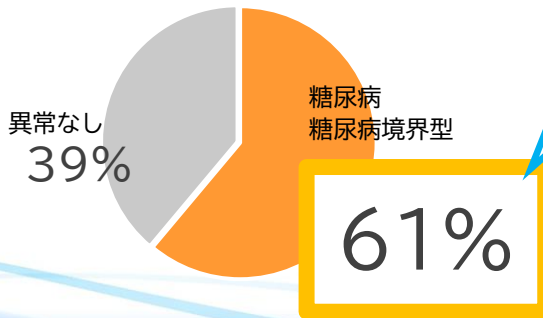


糖尿病は自分に関係ないと思っていないですか？

～自分は大丈夫？糖尿病 知って確認 自分の健康～

ご存じでしたか？佐賀県の現状



佐賀県では健診受診者の約 **6** 割の人が糖尿病や糖尿病境界型という結果が！！
(第10回 NBD オープンデー 2022年度)



糖尿病って？



糖尿病とは、慢性的に血糖値(血液の中のブドウ糖)が高くなる病気です。血糖値が高い状態が続くと、血管が傷つき、全身にいろいろな影響(合併症)を与えます。

糖尿病の合併症

糖尿病は**三大合併症**をはじめ、虚血性心疾患など様々な病気のリスクも高めます。

三大合併症

し・め・じ

- ① 神経障害
- ② 網膜症
- ③ 腎症



血液検査で数値を把握！

自分の数値を知る事は、糖尿病理解への第一歩



糖尿病の初期は自覚症状が少なく、血液検査でしかわかりません。

「血糖値」

「HbA1c (ヘムoglobin A1c)」

の数値を確認してみましょう。

年1回の健診は忘れずに！

佐賀市国保特定健診、30代健診について



<https://www.city.saga.lg.jp/main/35995.html>

* 佐賀市国保以外の方はご加入の健康保険組合等へお尋ねください。

お口の健康管理で糖尿病改善!?

歯周病と糖尿病との深い関係



糖尿病と歯周病は相互に関係性があります。歯周病を放置すると、血糖値にも影響します。

歯周病の治療で糖尿病が改善することも！

歯周病を予防して、糖尿病予防にも役立てましょう。

かかりつけ歯科医を持ち、定期的に健診を受けることが大切です

歯の健康について



<https://www.city.saga.lg.jp/main/521.html>

糖尿病について詳しく知りたい方はこちら

佐賀市
糖尿病重症化予防のための
取組について

<https://www.city.saga.lg.jp/main/84151.html>



糖尿病リスク予測ツール

<https://www.ncgm.go.jp/riskscore/>

※ 対象:30~64歳で糖尿病と診断されたことがない方



国立国際医療研究センター
糖尿病情報センター

<https://dmic.ncgm.go.jp>

