

# 外来では、こんな活動を行っています

## 糖尿病教室に参加してみませんか？

当外来では、糖尿病を正しく理解して頂き、糖尿病の予防や糖尿病と上手にお付き合いができるように、医師、看護師、栄養士、検査技師、薬剤師などの広島市糖尿病療養指導士が中心となってチームを組み、毎月1回第3火曜日に糖尿病教室を開催しています。

内容は、そもそも糖尿病とはどういった病気なのか、から始まり、日常生活の中で気を付けること（食事・運動など）、足のケアについてや病気になった時にどのように対応すればよいかなど、多岐に渡っております。また、教室では毎回おやつや、年に数回ランチをご用意し、教室の前後で血糖値がどのくらい変化するかを体験してもらっています。

糖尿病患者様や当院通院中の方に限らず、**糖尿病にご興味のある方は、どなたでも参加できます。ご興味のある方は、是非一度お問合せ下さいませ。**

★開催日時：毎月第3火曜日 12:45～14:00

★場所：生協さえき病院5階会議室

★参加費：通常200円 ランチの場合700円

★申し込み方法：外来受付にてお申し込みください。

（毎月第2火曜日がその月の参加締め切り日になってい

ます）

電話でのお問い合わせも可能です。☎082-926-4511



一緒に学習しましょう♪

## フットケア外来を行っています

週1回、糖尿病外来に合わせて毎週火曜日に糖尿病足病変重症化予防のためのフットケア外来を設置しています。

フットケアは完全予約制で、対象となる方は、糖尿病患者様で神経障害を有する方となっています。

フットケア外来では、足の観察、足浴・爪切りといった処置を行います。ですがそれだけではなく、一番大切なことは、何か普段とは違ったことが起きた際の**早期発見・早期対応に繋がるよう、ご自分でも足の観察を行ったり、ご家庭でのケア方法を身につけたりできるように、一緒に実践していくことだと考えております。**そのために、患者様に合わせて情報提供行ったり、できることを一緒に探して行ったりと、日々活動しております。

糖尿病患者様で、足の事で気になる事がある方は、お気軽にご相談下さい。

