

健康調査結果では、糖尿病の検査項目「HbA1c」が7割を超え、高血糖は市全体の健康課題となっている。

2023年度の市民集団健康調査結果では、糖尿病の検査項目「HbA1c」が7割を超え、高血糖は市全体の健康課題となっている。

セミナーは市と同病院の共催。2部制で行われ、座長は井上晃男院長が務め

大田原で県内医大の専門家

【大田原】市が市民の健康課題の一つに挙げる「高血糖」の予防・改善をテーマにした市健康セミナーが1日、中田原の那須赤十字病院マイタウンホールで開かれた。県内医大の専門家が市民ら約150人を前に知見を語り、「糖尿病との付き合いは長い。病気と良い関係を築き、健康長寿を目指して」などと訴えた。

市民に「病気と良い関係を」訴え



那須赤十字病院で開かれた市健康セミナー

高血糖テーマに講演

「健康長寿を目指して」



高血糖予防について講演する薄井学内教授

た。講師を務めた獨協医科大学大内分秘代謝内科の薄井勲学内教授は、本県における糖尿病患者数が全国平均を上回っていることを指摘。集団健診受診率や肥満度などのデータを示しつつ、生活習慣改善や健診の重要性を説いた。

血糖コントロールをする上で「食事」「運動」「薬物療法」の観点で取り組める「3つ」も紹介。具体例を挙げながら「劇的に改善するスーパードリンクはない」「高齢者こそ筋トレを」「薬の自己中断は厳禁」などど分かりやすい言葉で語りかけた。

自治医科大学大内科学講座腎臓内科学部門の増田貴博准教授は、糖尿病の合併症の一つの腎臓病について講演した。腎臓の構造や役割、尿・血液検査における数値の見方を説明。日々の生活の中で、血圧・尿量を記録し意識することや、1日の塩分摂取量を6g以下に抑えることなどが予防につながるとし、「腎臓を守ることは長寿につながる。早いうちから対策を」と訴えた。熱心に耳を傾けた若草2丁目、主婦高久町子さん(78)は「塩分は控えるために食生活を見直していきたい」と話した。