

ろっさいらうんじ

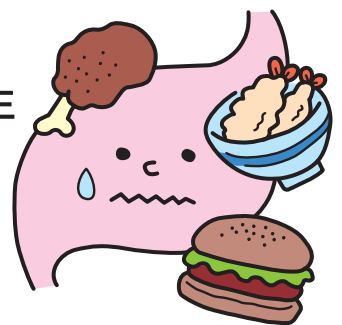
— 労災病院の理念 —

勤労者医療と地域医療の中核病院として、
患者様中心の安全で安心な質の高い医療を提供します

看 護 療 養 指 導 室

オープン!!

糖尿病看護認定看護師
竹 埜 弥 生



成人の6人に1人が糖尿病か予備軍とみられています。糖尿病は生活習慣病の一つで、生活そのものが治療となってきます。糖尿病を駅にたとえると、「正常駅」「予備軍駅」「糖尿病駅」「合併症駅」になります。さて、皆さんはどの駅で停車していますか？ それとも次の駅に向かっていますか？ まず、自分の糖尿病がどのあたりにいるのか知っておくことが大切になります。

入院される患者様から「先生が軽い糖尿病だって言っていたから、仕事も忙しいから今

まで放っておいた。」また「最近調子がいいから糖尿病が治ったと思って、お薬をやめていたら、また悪くなった。」というお話をよく聞きます。このような状態になるのはどうしてでしょう。それは、医療従事者との「患者様のどの駅にいるか（現在の状態）」の認識が違っているのが原因だと考えられます。まず、自分がどの状態なのかしっかり把握しておくことが糖尿病の発症予防になり、悪化の予防になると思います。

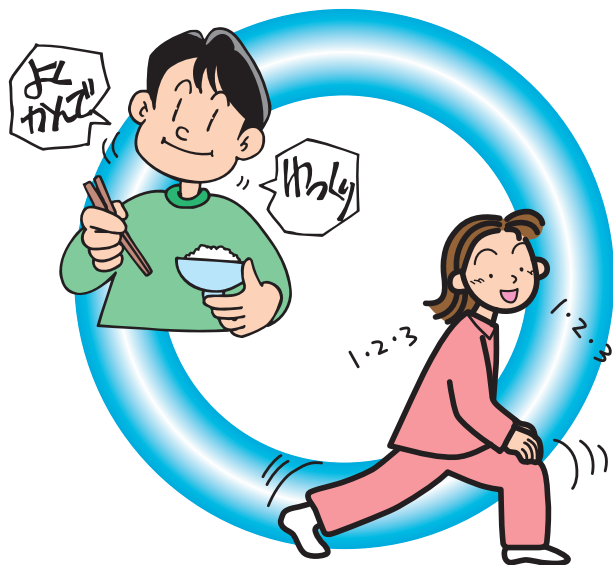
それでは、一つ一つの駅について少しお話ししましょう。

「正常駅」の方は、糖尿病を発症させないことです。そのために、生活習慣が大切になってきます。定期的な運動をおこない、適正体重を保つことです。

「予備軍駅」の方は、安心せず、生活習慣を見直し、定期検査を受けることが最も大切です。定期検査をおこなう度に自分が「糖尿病駅」に近づいていないか、現状を知っておきましょう。

「糖尿病駅」に到着した方はあきらめないでください。まだまだ大丈夫です。血糖コントロールをよくすることで、「正常駅」に戻ることができます。そのために必要なことは①食事療法②運動療法③薬物療法になります。この3つは、自転車にたとえると、前輪が食事療法、後輪が運動療法で薬物療法は補助輪になります。つまり、最も大切なことは食事療法と運動療法でうまくいけば補助輪が外れるということになります。また、定期受診を忘れないでください。いずれにしても乗りこなすのは自分自身です。

最後に**「合併症駅」**ですが、ここで知っておいてほしいことは、合併症駅には血糖コントロールをすることで逆戻りできる場合と、合併症駅で止まるか、もしくは更に悪化する場合があるということです。そのために



ここでも自分がどの状態なのか知っておく必要があります。

このようにいずれの「駅」でも大切になってくるのが食事や運動ということがわかりただけたと思います。でもこの食事療法や、運動療法が難しいですよね。「失敗した……」と思った経験がありませんか。大丈夫です。それは失敗ではありません。その方法が合わなかっただけです。あきらめないでください。そこで、食事療法や、運動療法を一緒に考えるのが『糖尿病看護認定看護師』です。その他にも糖尿病看護認定看護師の役割は、糖尿病の患者様の家族の相談や、血糖値を見ながら一緒に生活を振り返ったり、次、どのようにするか考えます。一度、看護療養指導室のドアをノックしてみませんか。お待ちしております。



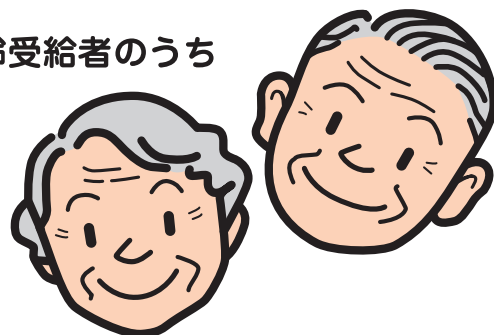
**ご存知ですか？
医療保険制度が
変わりました**

10月1日から医療費改正が行われました。

老人医療受給者の方及び高齢者受給者の方については
窓口負担額（お支払額）が変更となる場合があります。
月初には必ず保険証の提示をお願いいたします。

- ◎ 75歳以上の老人医療受給者及び70～74歳の高齢受給者のうち
一定以上所得者又は現役並み所得者

【改正前】	10月1日から
2割負担	3割負担



- ◎ 70歳未満の自己負担限度額（月額）

	【改正前】	10月1日から
上位所得者	139,800円＋医療費×1% （月収56万円以上の方）	150,000円＋医療費×1% （月収53万円以上の方）
一般	72,300円＋医療費×1%	80,100円＋医療費×1%
低所得者	35,400円	35,400円
高額長期疾病患者	1万円	1万円 人工透析を要する上位所得者 2万円

- ◎ 70歳以上の自己負担限度額（個人単位：月額）

	【改正前】	10月1日から
現役並み所得者	40,200円	44,400円
一般	12,000円	12,000円
低所得者Ⅱ	8,000円	8,000円
低所得者Ⅰ	8,000円	8,000円
高額長期疾病患者	1万円	1万円

※ 70歳以上の一定以上所得者、現役並み所得者とは…

標準報酬月額28万円以上の方、もしくは、課税所得145万円以上の方

※ ご不明な点がございましたら医事課職員にお尋ねください。

ご存じですか？

予約の変更手続きについて



予約の変更につきましては、**平日午後2時から5時まで電話にて**お受けしております。**03-3742-7301（代表）**におかけいただき、交換手に「**予約の変更**」をお伝え願います。関連する予約の部署におつなぎいたします。

なお、**新しく予約**される場合、**電話での対応は行っておりません**ので、ご了承ください。