



発行所 桐生タイムス社
桐生市東四丁目5-21 0277-46-2511(代)
〒376-8528 郵便振替00310-5-12247

購読料 1部 130円税別
1カ月 2,180円(税込み)
お申し込みは
0120-89-4946



あすの天気

最高気温 26.0度
最低気温 21.0度

詳しい天気は8面に

桐生タイムス

9月28日 土曜日

2024年(令和6年)
第21482号

専門医に学ぶ糖尿病

東邦病院「教室」に35人



糖尿病と脂肪肝をテーマにした
糖尿病教室(東邦病院で)

専門医に学ぶ糖尿病教室がこのほど、東邦病院(みどり市等懸町阿左美、駒井太一院長)で開かれた。35人が参加し、「糖尿病と脂肪肝」の知識を深めたほか、気軽なコンビニ食の取り入れ方についても学んだ。

糖尿病教室は、糖尿病に関するセミナーや運動、食事に関することを学んだり、患者やその家族、医療スタッフが交流をしたりする機会として、年に2回、東邦病院糖尿病患者会あざみ会が主催している。

勉強会では、同病院内科の細沼賢一医師が、糖尿病の人がなる可能性の高い脂肪肝について講話した。肝臓の働きや肝機能検査の見方などを解説した上で、脂肪肝の原因

因や進行性の脂肪肝を放置した場合に肝硬変やがんへと進行すると説明。肥満型の脂肪肝改善のために、「肉やバターなどの飽和脂肪酸を控えること」などの食事の三つのポイントを紹介し、運動に関しては、有酸素運動のほか、日常生活の中で消費されるエネルギーを増やすことを勧めた。

同病院内科の吉岡誠之医師は、「糖尿病は身近で無症状のことが多い病気であることや、合併症を出さないことの重要性を強調。「食事を中心とした生活習慣を見直して」と呼び掛けた。

食事に関して同病院の栄養科科長の管理栄養士・五十嵐美代子さんから、バランスのよい食事のための身近なコンビニ食の利用方法について紹介があり、五十嵐さんが選んだコンビニ食が参加者に手渡された。