

あなたの血糖値は大丈夫ですか？

# 本当は怖い 糖尿病

糖尿病を放置しないで！



もしも糖尿病が進行して重症化してしまうと…  
“しめじ”や“えのき”など重篤な合併症になります

- し** 神経の障害 手のしびれ
- め** 目の障害 網膜症→失明
- じ** 腎臓の障害 腎症→人工透析

- え** <sup>えそ</sup>壊疽 足が腐る→下肢切断
- の** 脳卒中
- き** 虚血性心疾患 狭心症、心筋梗塞

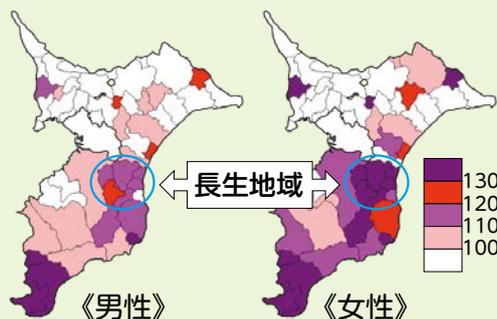
色の濃いところが、糖尿病予備群・  
該当者(糖尿病)の方が多地域を表しています。

千葉県では40～74歳で糖尿病予備群・  
該当者(糖尿病)の方が、4人に1人の割合と  
なっています。

長生地域は、糖尿病予備群・該当者(糖尿病)  
の方が大変多い地域です。

令和2年度 特定健診・特定保健指導のデータ集計結果より

～糖尿病予備群・該当者の標準化該当比～



## 糖尿病の進行・重症化を防ぐために健診を受けましょう

**糖尿病**は血液中にあふれた糖が全身の血管を傷つけ、知らず知らずのうちに様々な病気や合併症を引き起こす怖い病気で、放っておけば必ず進行します。合併症が出るまで自分では気づかないこともあり、重篤な症状が出てからでは取り返しがつきません。

**定期的に健診を受けると**、自分の血糖値や合併症等リスクの状況などを確認でき、早期発見、早期対処(治療)すれば進行は食い止められます。

ご自身の健康チェックと、糖尿病をはじめとした様々な病気の早期発見のために、**市や職場で行われる健診をぜひ活用しましょう！**

【発行】長生保健所(長生健康福祉センター) 地域・職域連携推進協議会  
～長生地域の糖尿病重症化予防に取り組んでいます～

問合せ 健康管理課(2階) ☎(20)1574 FAX(20)1600