



糖尿病は初期症状
がほとんどない！

予防できるのは今しかない！！

あなたは 糖尿病 予備群 です！

早期発見
早期治療
が重要！



～空腹時血糖 100mg/dl 又は HbA1c 5.6% 以上の方～

健診の結果、あなたの血糖値は正常値より高く糖尿病予備群の可能性があります。生活習慣をもう一度見直すとともに、かかりつけ医に健診結果を見せて、今後の対応を相談しましょう。

栃木県の糖尿病患者数は 約5万5千人（平成29年患者調査）

食べ過ぎや運動不足など日頃の生活習慣の乱れなどにより、血糖値が常に高い状態が続くと、体中の血管がダメージを受けて動脈硬化が進行し、血管が詰まりやすくなります。発症早期には症状がほとんどないため、悪い状態になってから気付くことが多い病気です。

治療をしないでいるとこんな合併症が！

脳梗塞

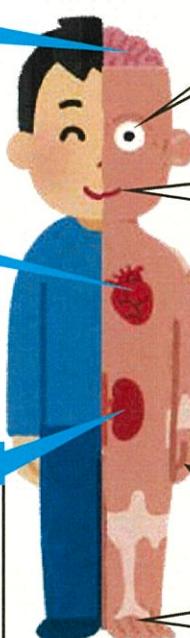
糖尿病ではない人に比べ、脳梗塞を起こす危険度は2～4倍高い。

心血管疾患

糖尿病ではない人と比べ、心筋梗塞を起こす危険度は3倍以上高い。

糖尿病性腎症

腎臓の血流が悪くなり老廃物をろ過する機能が低下。人工透析に至る場合も。（人工透析になると、週に3回医療機関に通院が必要）



糖尿病網膜症

視力が弱まる。初期には自覚症状がなく、突然目が見えなくなっていることもあります。

歯周病

糖尿病ではない人と比べて歯周病になる危険度は約3倍高い。

糖尿病性神経障害 糖尿病足病変

手足の神経に障害が起こり、痛みやしびれを感じる。進行すると知覚が低下し、やけどやケガをしても気づかず、壊疽（えそ）により切断に至る場合も。

