

糖尿病治療を続けて 見えた新しい人生

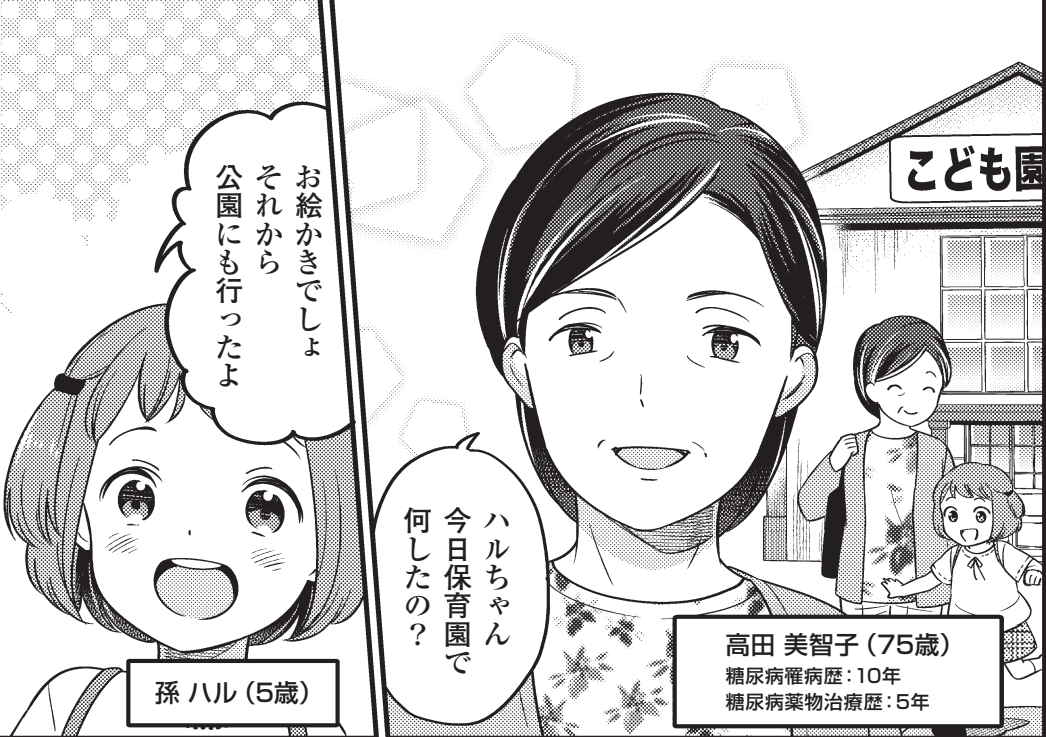
漫画でわかる自分らしく糖尿病治療を続けて行くためのコツ

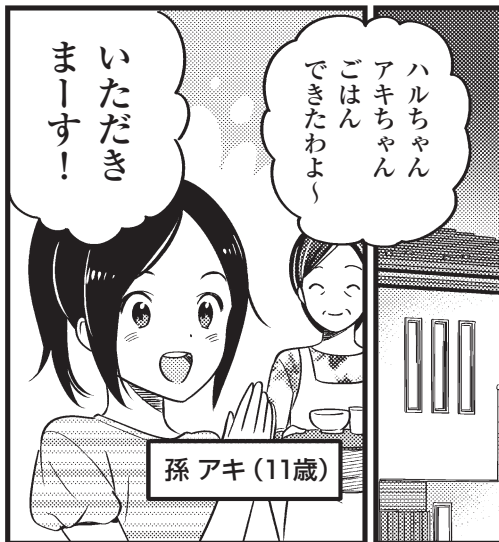
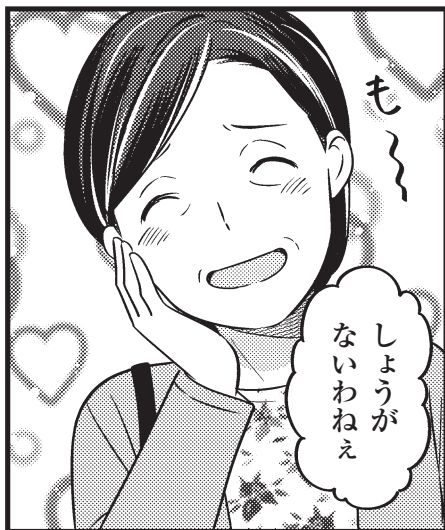


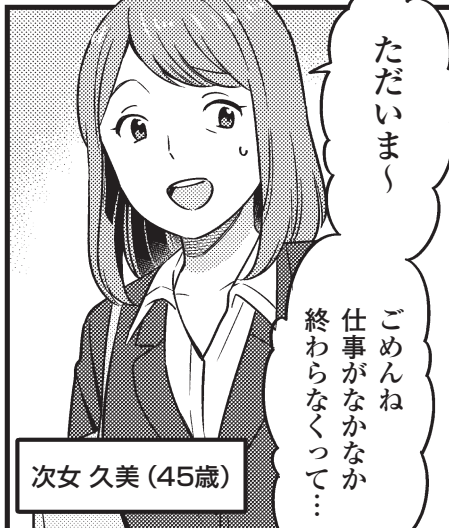
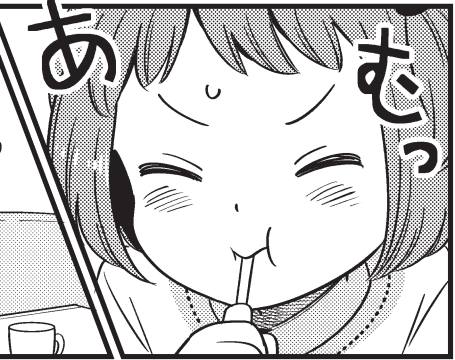
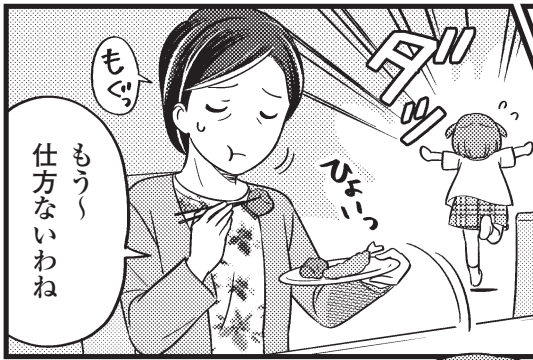
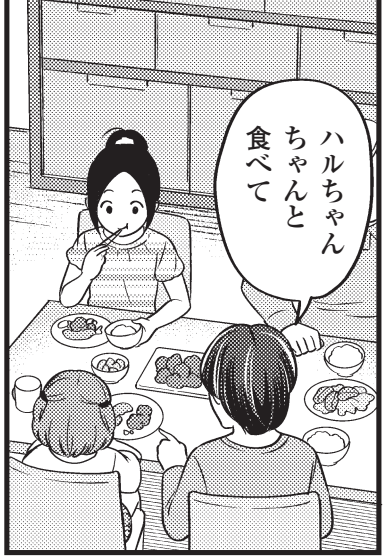
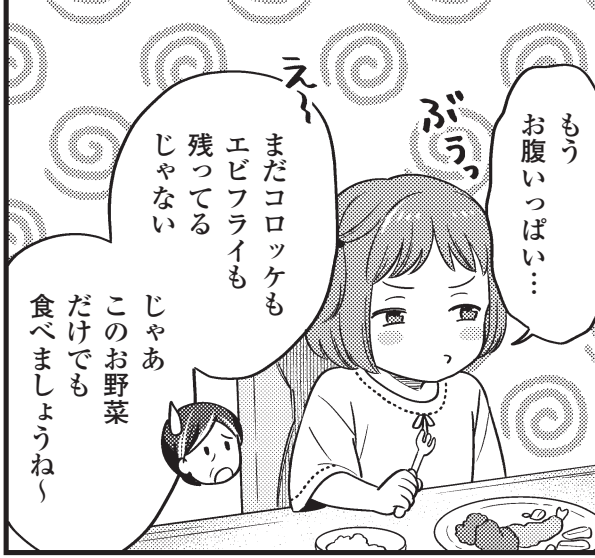
企画監修：JADEC（公益社団法人 日本糖尿病協会）

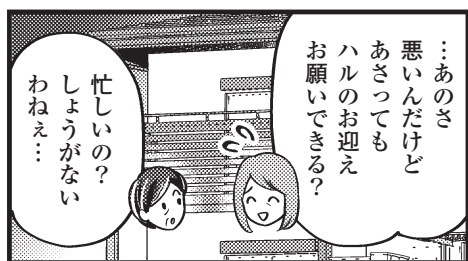
TEIJIN

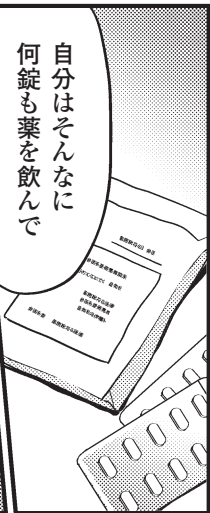
帝人ファーマ株式会社 帝人ヘルスケア株式会社











そして
クリニックの受診日――

高田さん
調子は
どうですか

内科医：佐田

孫のお迎えとか
色々あって
体操教室に
行けないことは
ありました

ヘモグロビンA1cが
HbA1cが
8・6%ですか
このところ
ずっと高い
ですね

血圧 脂質の数値は
大きな変化は
ありませんね

お薬はちゃんと
飲んでいますか？

はい

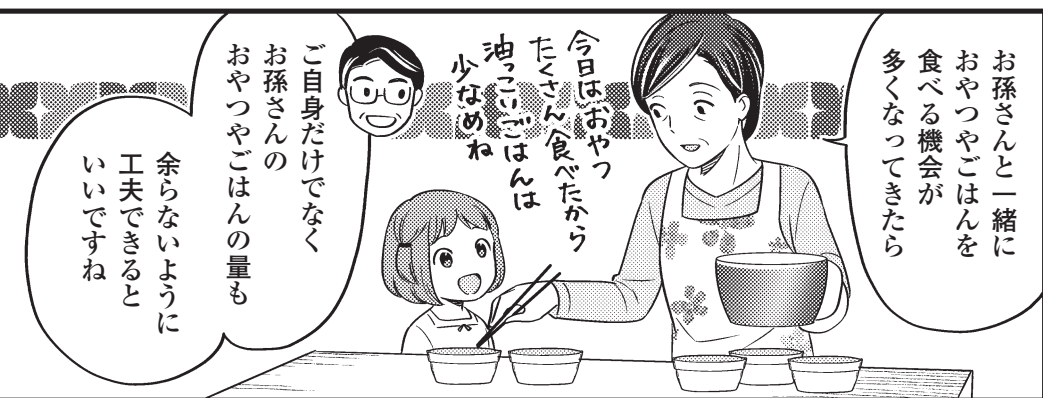
体重が少し
増えている
みたいですが？

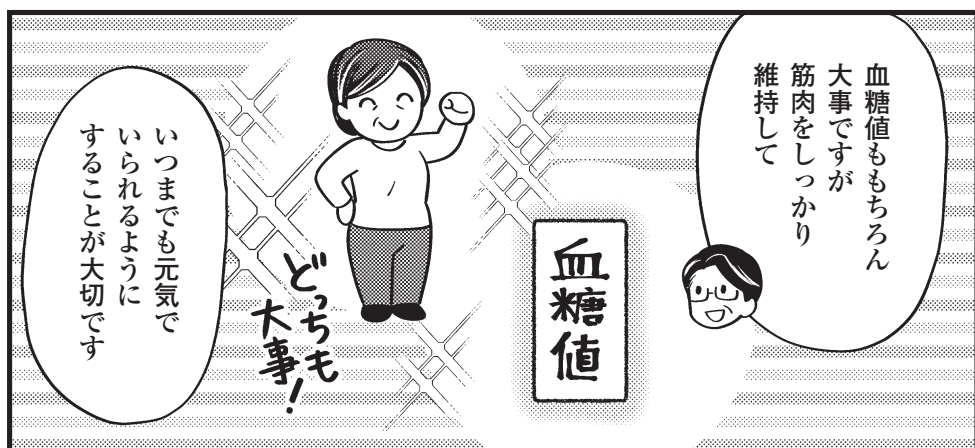
孫が最近
よくごはんを
残すので

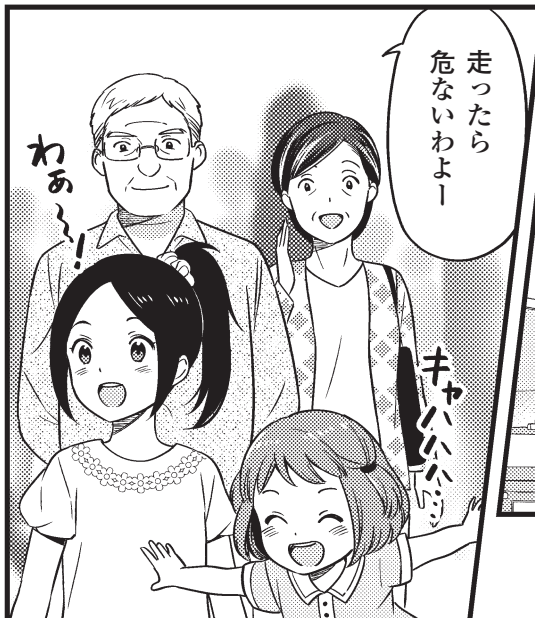
それも一緒に
食べてしまっ

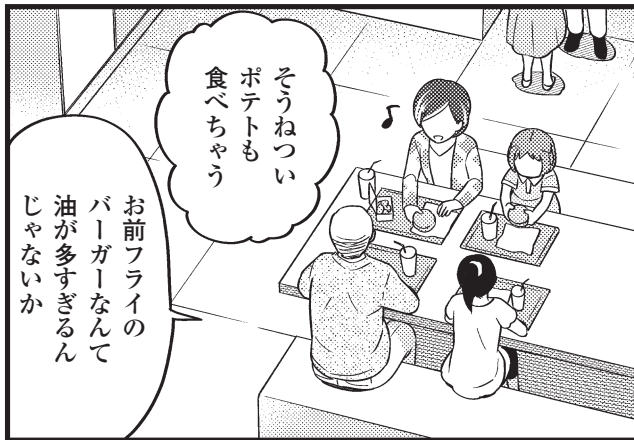
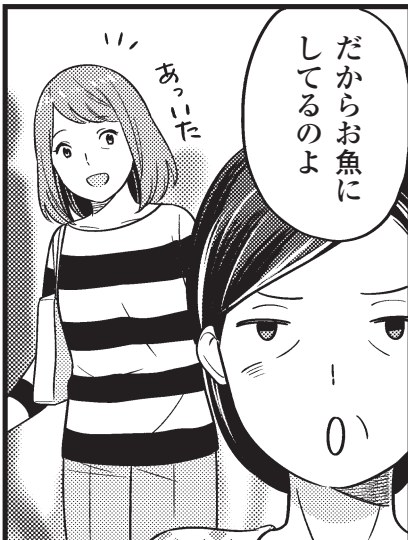
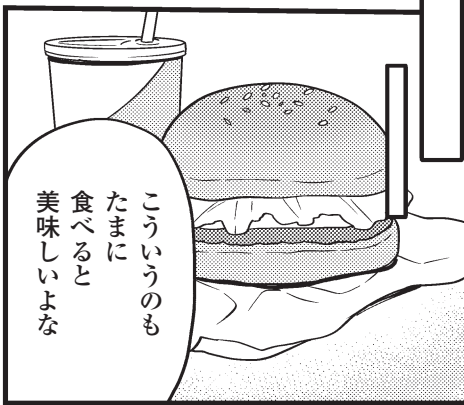
お孫さんの
ごはんだと
脂っこいものが
多そうですね

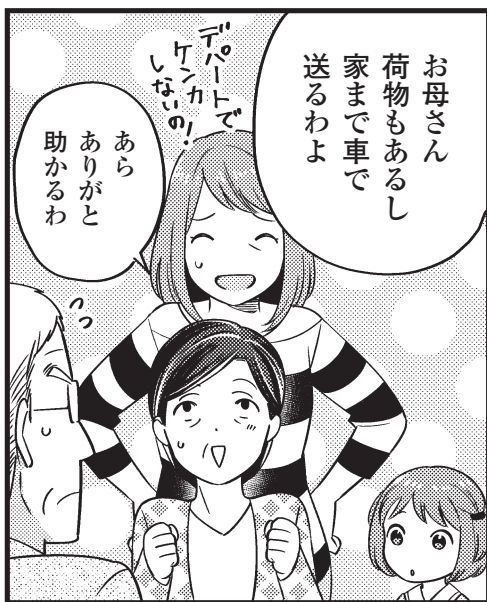
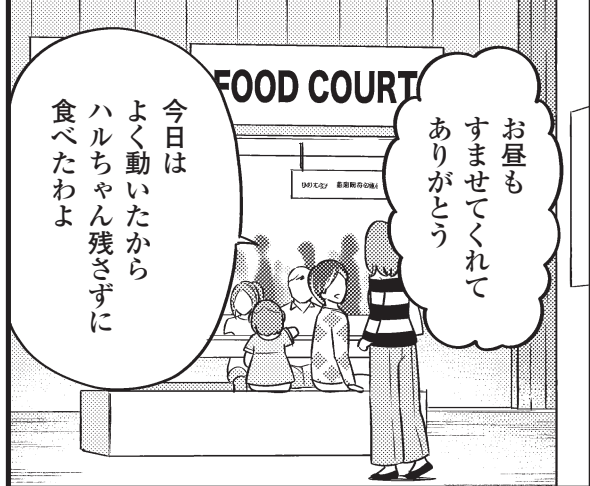
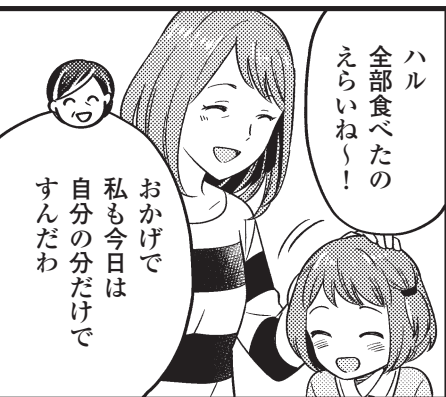
そうですね
唐揚げとか
コロッケとか







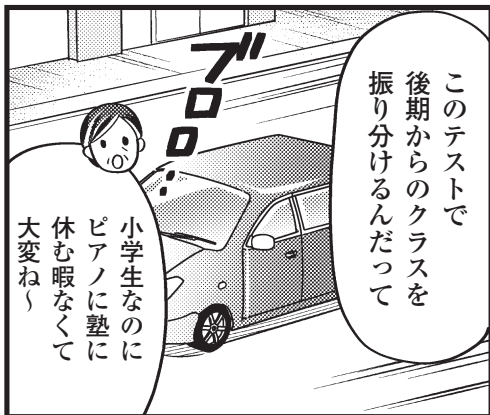






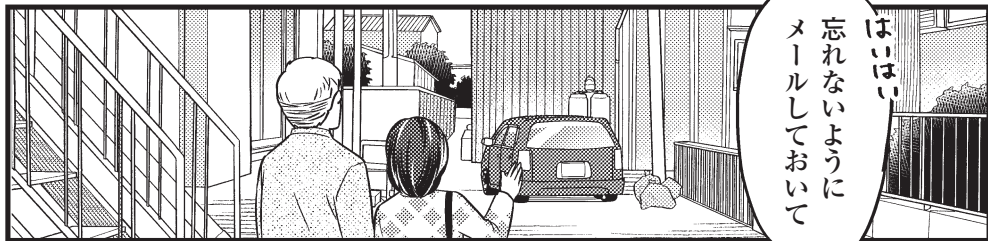
今は普通よ

そうそう来週も
水曜日と金曜日
ハルのお迎え
お願いしていい？

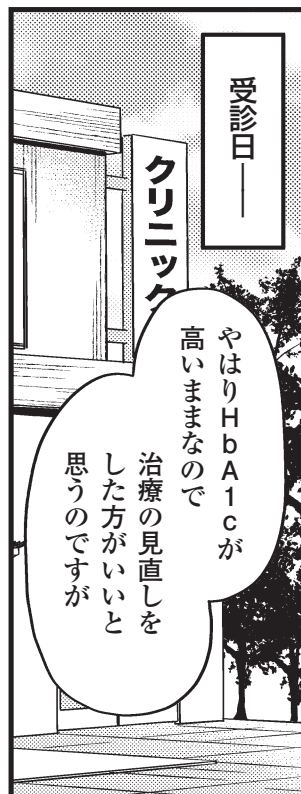


このテストで
後期からのクラスを
振り分けるんだって

小学生なのに
ピアノに塾に
休む暇なくて
大変ね



はいはい
忘れないように
メールしておいて



受診日

クリニック

やはりHbA1cが
高いままなので

治療の見直しを
した方がいいと
思うのですが



今の時代は
引退後も
自分の時間なんて
そんなになんて
ことか

はあ...



また
安請け合いする...

仕方ないでしょ
あの子たちだって
休日まで頑張って
いるんだから



簡単なことでも習慣が変わるのってこの歳になると大変です…

色々正直なお気持ちをお話しして下さりありがとうございます

もう覚えて…忘れ…

今すぐに決めないといけないわけではないので

ゆっくり話し合いながら高田さんが続けやすい方法を見つけていきましょう

分かりました

血糖値がずっと高い状態だとどうなるんですか？

血管に負担がかかり
眼や腎臓の病気、

さらに
心筋梗塞や脳梗塞といった病気を引き起こす可能性もあります

心筋梗塞…

血圧が高かったり

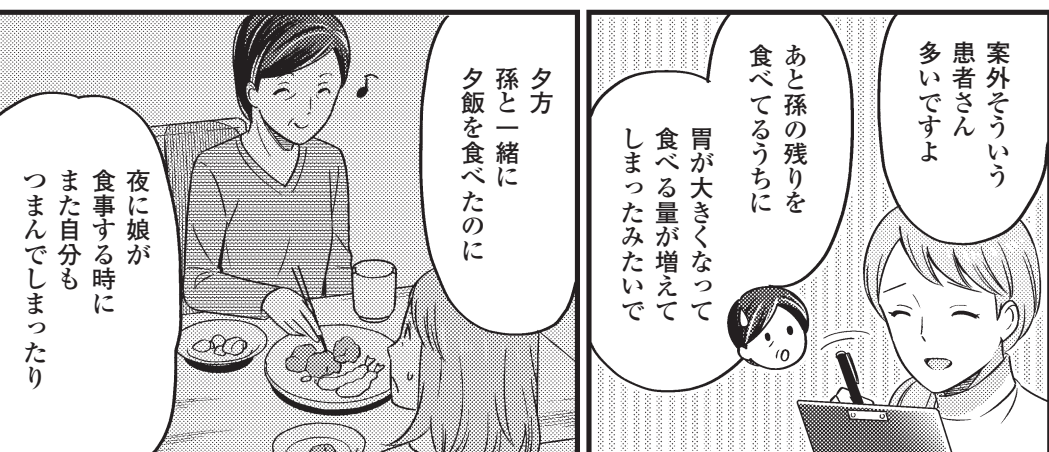
糖尿病でも特に高齢になると血管は若い頃よりも弱くなってくるため

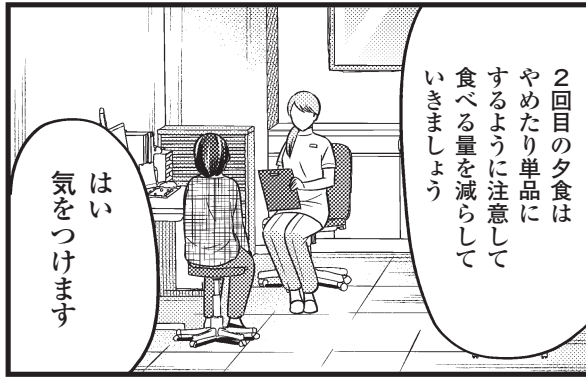
より心筋梗塞や脳梗塞などを起こさないような治療を考えていく必要があります

若い頃

高齢

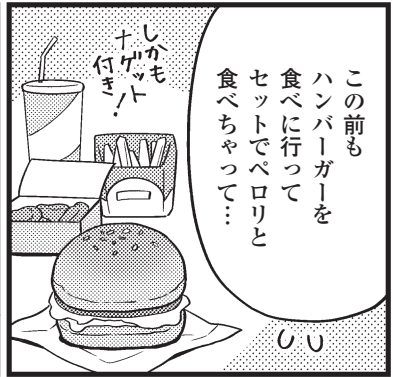
弱くなってしまう…





はい
気をつけます

2回目の夕食は
やめたり単品に
するように注意して
食べる量を減らして
いきましよう



この前も
ハンバーガーを
食べに行って
セットでペロリと
食べちゃって…

ひひ



そうですね…

“
ギクッ

あとデザートも
食べる時の量や
タイミングも
気にしてくださいね
お孫さんといると
アイスクリームや
ケーキ、プリンなどを
よく買うように
なったりするので



今日の診察は
どうだった？

あー
いいよ

今日は
お魚を焼いて
あとお味噌汁で
いいわよね

ただいま



そうなんだけど…
仕方ないじゃない
あの子たち
こんな焼き魚なんて
絶対食べないし

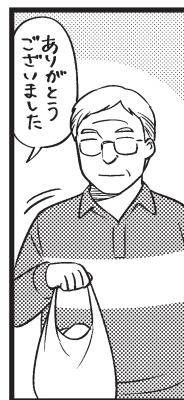
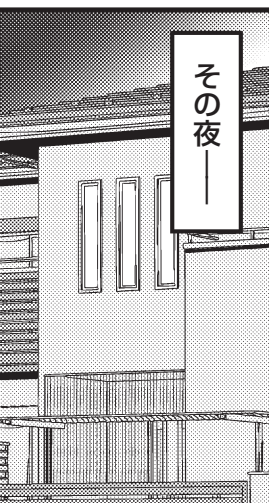
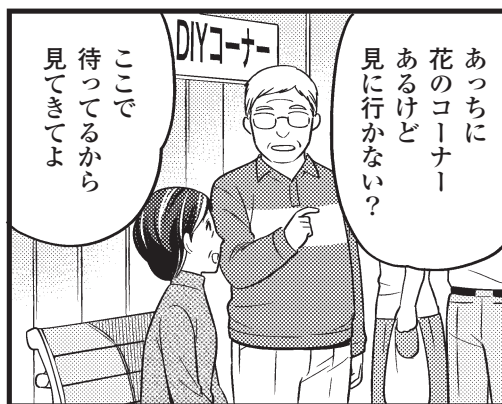
食べてちゃ
ダメだろう

じゃあ孫と
一緒になって
ハンバーガーとか
プリンとか

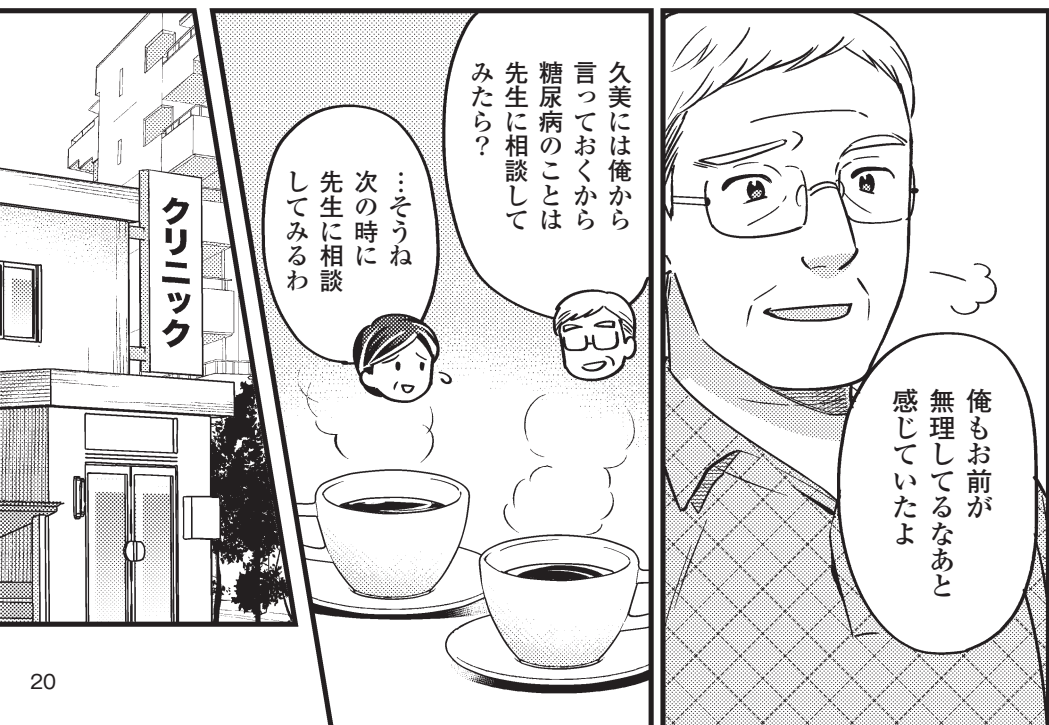


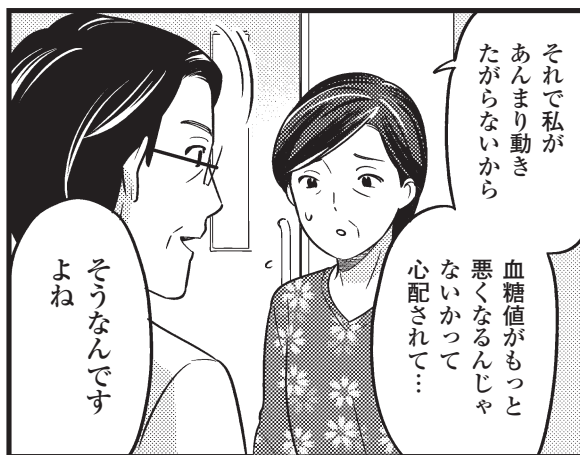
このところ
血糖値が良くない
らしいわ

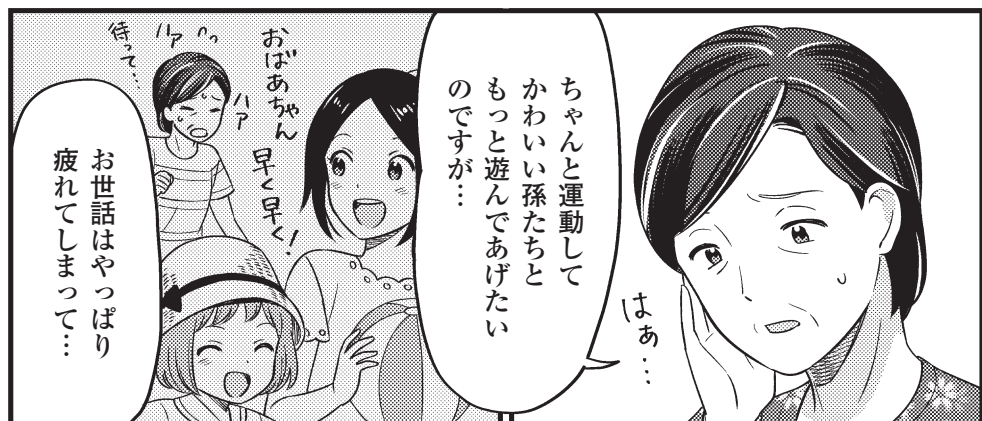
そうなの？











ちゃんと運動して
かわいい孫たちと
もっと遊んであげたい
のですが…

はあ…

お世話はやつぱり
疲れてしまつて…

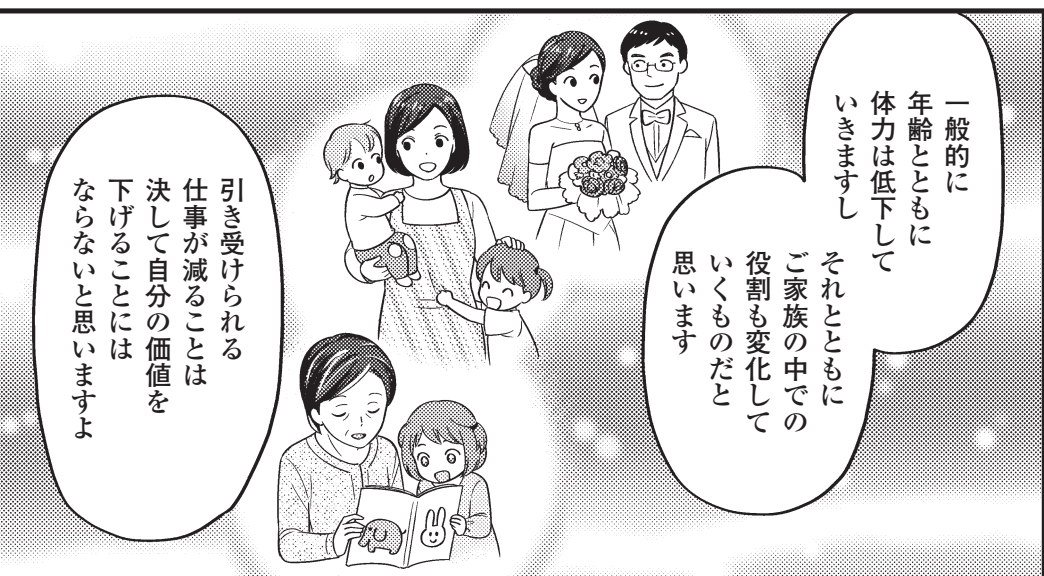
おばあちゃん
早く早く！
ハア

ハア
待って…



当たり前のように
お願いされても
私ももう歳だし
思うように
できない自分も
情けなくて

なかなか難しい
問題ですね…



一般的に
年齢とともに
体力は低下して
いきますし

それとともに
ご家族の中での
役割も変化して
いくものだと
思います

引き受けられる
仕事が減ることは
決して自分の価値を
下げることには
ならないと思いますよ



娘さんやお孫さんも
おばあちゃんが
いつも元気で
ニコニコしていたら

それだけで
嬉しい
でしょうね



治療を見直して
値が安定する
ことで

そういった
気持ちの面も
安心感が増して

生活を楽しめる
ことにつながる
かもしれません



糖尿病をしっかり治療して
血糖値が安定して

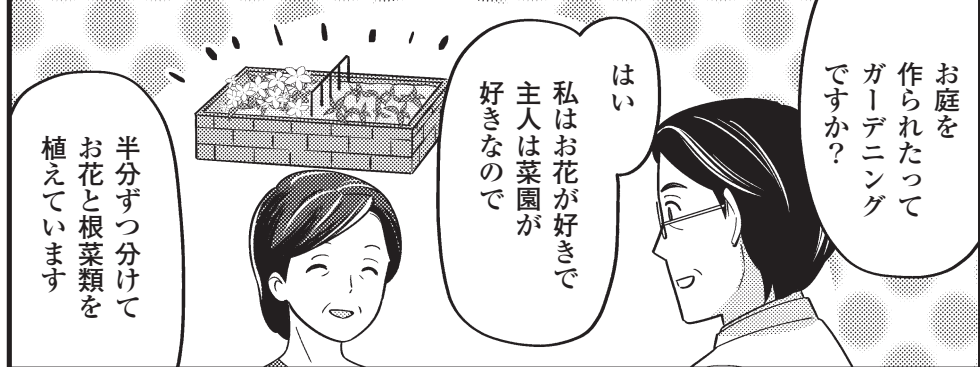
高田さんが
幸せに暮らせれば
私たちにとても
嬉しいことですよ



確かにそうですね
せっかく主人と
楽しい老後を
過ごそうなんて言って
お庭も広げて

時々旅行に
行くように
コツコツ貯金も
してきたのに

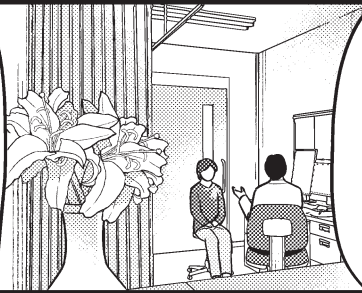
糖尿病のことが
心配で
楽しめないなんて
もったいないですね



目がかすむ
視界がぼやける
といった症状を
自覚するようにな
った時には

すでに目の血管が
詰まっているという
障害が起きている
可能性もあるんです
だから1年に1回は
眼科に行って検査を
受けてくださいな

あんなに綺麗に
お庭を作ったから
お花はずっと
見ていたいですね



治療を見直すことは

「費用が高くなる」

「薬を飲む量が増える」と

負担だけが
増えていくように
感じるかも
しれません

こうして
考えてみると

高田さんの生活の
色々な楽しみを守る
ことにも繋がって
いるんですよ

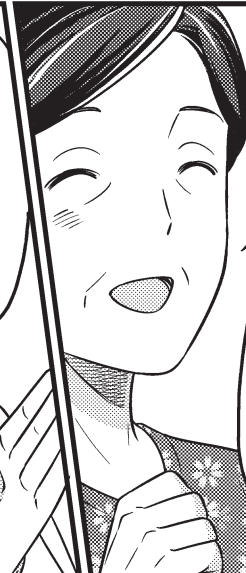


そうですね

まだまだ旅行も
行きたいですし
ガーデニングも
楽しみたいです

じゃあ今の
生活スタイルを
見直しましょう

食事は肉や魚などの
たんぱく質を多めに
とるようにしましょう



お肉やお魚を増やすんですね

はい

たんばく質をしっかりとっていただくことが重要です

あとお薬も増やしましょう
飲み方は今までと同じ
朝だけ飲むやり方で
治療を見直すのは
どうでしょうか

今までと同じで
朝だけ
飲めばいいなら
できそうです

糖尿病の治療は
生活スタイルに
合わせて治療法を
選べるので

高田さんに
合った方法に
しましょう

ありがとうございます
ございます

※治療方法は個々の患者さんの病態によって異なります

ごくん…

お薬増えたって
言ってたけど
飲んでるのは
今までと同じ
量なんだな

先生と
相談したのよ
ほら高血圧と
脂質異常症の
薬もあるから

今までと
同じように
一緒に飲める
薬にして
もらったの
お薬は増えたけど
1錠のままでいい
方法もあるみたい

へえ

血糖値が良くなれば
前の薬だけでもなる
みたいよ



今晩は久美たちが
来るんだから
あなたもゴロゴロ
してちゃダメよ

ハイハイ
分かりました

草むしり
手伝って！

)))

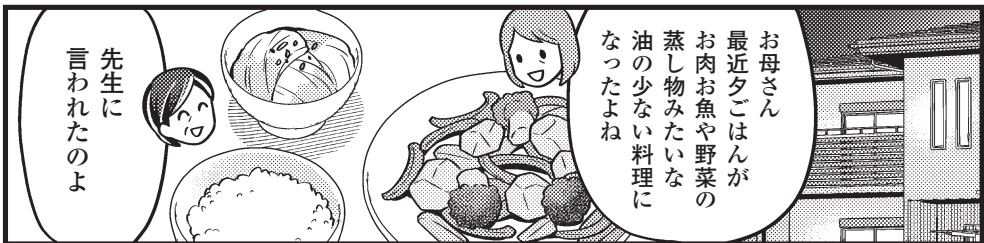


なんとなく
気分がすっきり
した感じ



さっ
今日は
お天気もいいし
お庭のお手入れ
しましょ

なんだ朝から
元気じゃないの



お母さん
最近夕ごはんが
お肉お魚や野菜の
蒸し物みたいな
油の少ない料理に
なったよね

先生に
言われたのよ



そうね
私も子どもたちに
しっかり
言っておくわ

おばあちゃんが
出してくれる
ものはなんでも
食べるように！



私の体に
いい食事は
孫たちの体にも
いい！って

だから
あの子たちの
好きなものだけを
優先するごはんの
作り方やめたの

2カ月後――

クリニック

高田さん
HbA1cが
7・5%まで下がって
きましたね

このまま
続けて
頑張って
ください

よかったー！

はい！

血糖値が

高いままだと

心臓や脳などの

大きな血管や

目などの小さな血管を

詰まらせる危険がある

ことは

お話ししましたが

それ以外にも

長期の高血糖が

神経の細胞に

ダメージを与えて

その結果

障害が起こる

ことがあります

これは
糖尿病神経障害と
いわれるものです

下痢

立ちくらみ

便秘

足のしびれから始まりますが
進行すると

立ちくらみ、下痢、便秘、

おしっこが出にくい

などの症状が現れます

また、お薬による

低血糖があっても

症状が出ずにいきなり

意識を失うこともあります



糖尿病治療の
大きな目的は
血糖値を改善する
ことだけでなく

こういった合併症を
起こさないように
することなので

高田さんは
とてもいい
タイミングで
治療の見直しが
できました
思います



ありがとう
ございます…

ホッ…

先生になぜ治療を
しっかり行う
必要があるかを
丁寧に説明して
もらったので

とても分かり
やすかったです

学ぶ糖尿病
合併症とは

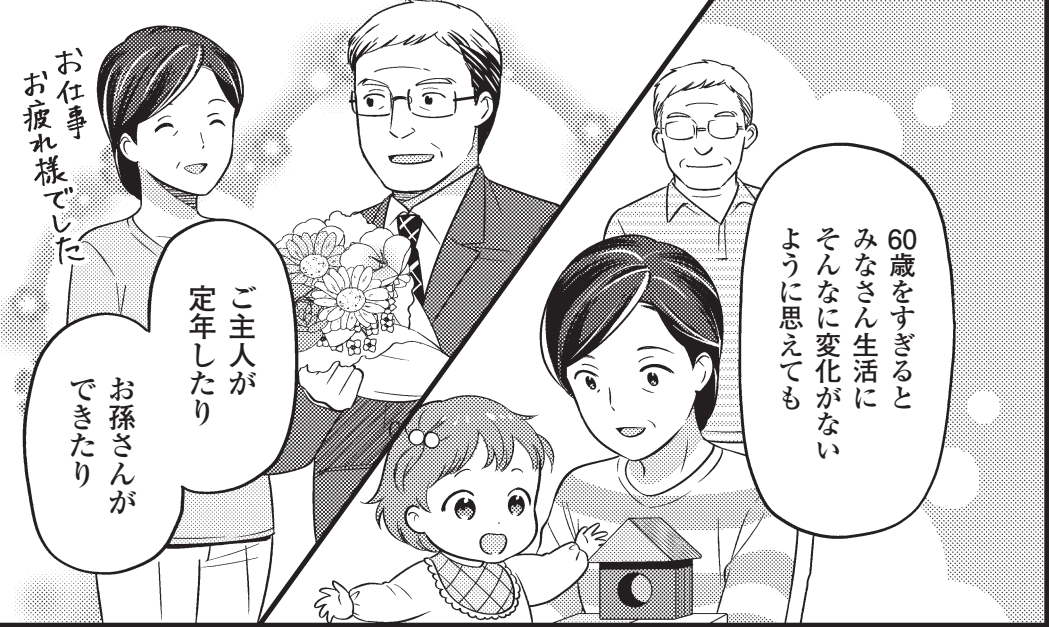
本当は…

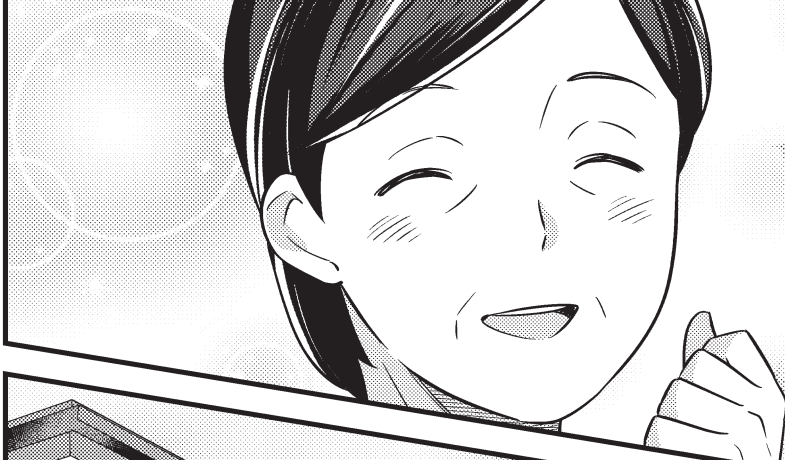


糖尿病の治療を
始められた頃に
こういった合併症の
お話はしているのですが
なかなかみなさん
その時になってみないと
自分の問題として
考えにくいんですね

すみません…

本当ですね
すっかり
忘れていました





先生にそう
言っていただけで
安心して
相談できます



糖尿病と上手に
付き合いながら
家族と
私自身も
まだまだ人生
楽しみたいと
思います！



この調子で
一緒に頑張り
ましょうね

はい！
ありがとうございます
ございます

医療機関名