



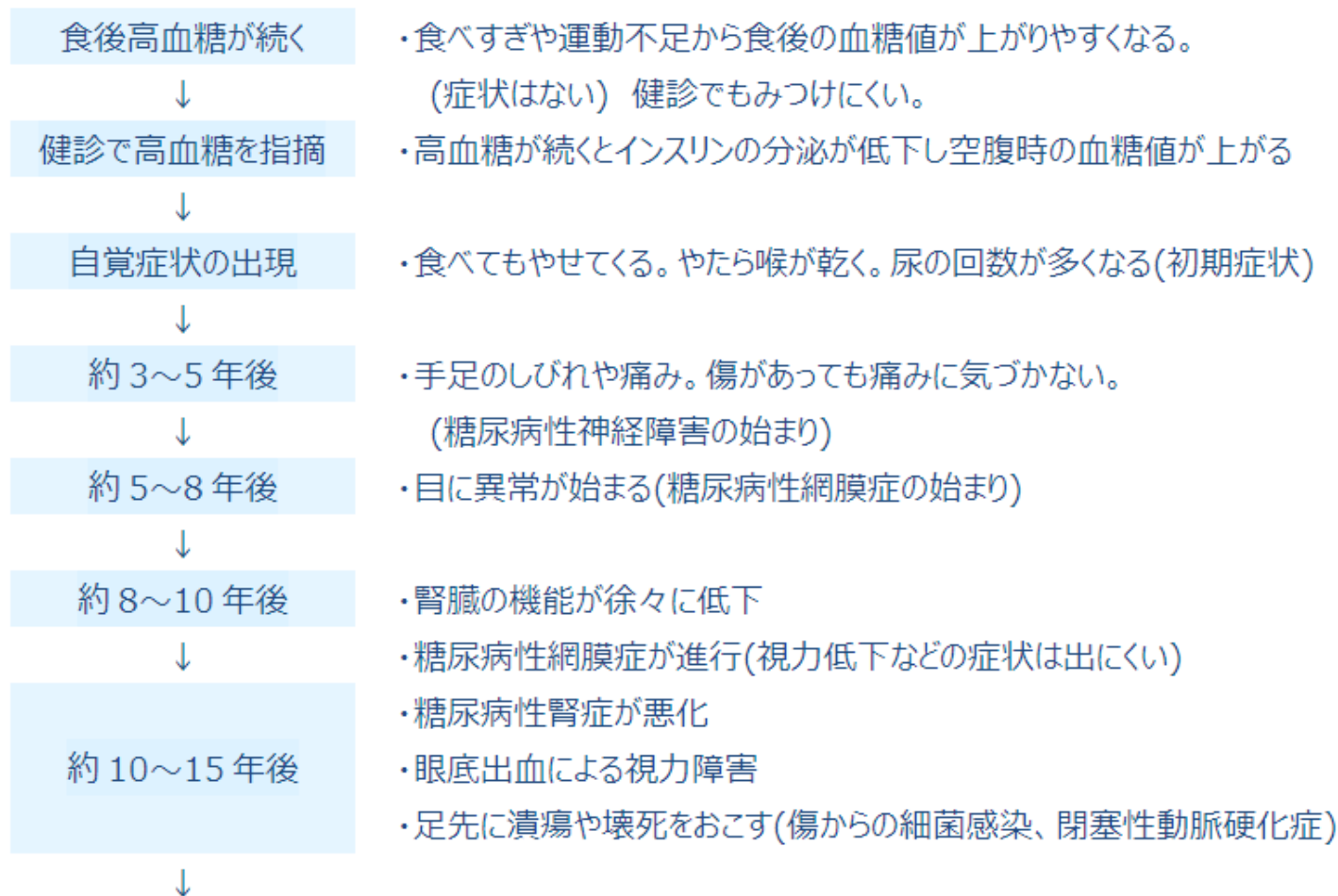
ひかり健康保険組合より

第182話 気をつけよう！高血糖

高血糖を放置すると、血液中にあふれた糖が全身の血管を傷つけ、様々な合併症をひきおこします。高血糖を放置するとこわい糖尿病。血糖値が高ならないようにコントロールすれば、症状も安定し、十分合併症を防ぐことができます。そのためにはまず、かかりつけ医や糖尿病の専門医を受診することが前提となります。健診結果で空腹時血糖値が128 mg/dl 以上だった人は要注意です！
例えば自覚症状がなくても、5年後・10年後に重度化する前に医療機関に受診しましょう。



高血糖を放置するとこうなる！ ※血糖コントロール不良の場合の一例です。





それから数年後

- ・人工透析(週に2～3回、1回4時間以上の透析が一生続く)
- ・失明
- ・足の切断

糖尿病の検査項目	基準値	保健指導判定値	受診勧奨値 (受診が必要)
HbA1c (NGSP 値)	5.5%以下	5.6%～6.4%	6.5%以上
空腹時血糖	99mg/dl 以下	100～127mg/dl	128mg/dl 以上



■けんこう通信

ご家庭のパソコンへ、保健事業に関するお便りを配信しております。
ご希望の方は、登録のためメールアドレスを添えて、[当組合迄](#)までお気軽にメールください。

■こころとからだの健康相談

健康に関わるお悩みのときは、「こころとからだの健康相談」

フリーダイヤル

はい参考

はいサンキュウ



0120-835-839

病気の悩み、育児の不安、介護の心配、そしてメンタルヘルスに 関してまで
何でもご相談いただけます。**プライバシー厳守！**

ひかり健康保険組合

〒171-0022 東京都豊島区南池袋3-13-5 光3号ビル8F tel: 03-5951-7422

