

●2月17日(土) 熊循御幸会勉強会&茶話会

1. 糖尿病の合併症について

講師：医師 西田佳子



三大合併症である糖尿病神経障害、糖尿病性網膜症、糖尿病腎症についてのお話でした。合併症を発症しないことが糖尿病治療の目的であり、その為には定期的に検査を行い早期発見、早期治療が大事であるという話がありました。

2. 糖尿病と歯周病について

講師：看護師(糖尿病療養指導士) 清田照美



糖尿病は歯周病を悪化させ、歯周病は糖尿病に悪影響を及ぼすといわれ、合併症の一つとなっています。健康な歯を保ち、歯周病をおこさないための生活習慣、歯磨きの仕方、かかりつけ歯科医の見つけ方などを勉強しました。

3. 運動前の準備運動

講師：理学療法士 久光義昭

第二の骨格とも呼ばれている筋膜についてのお話でした。無理をせず、短い時間で出来る筋膜のほぐし方を実践で学びました。



茶話会

今年度は、9月の勉強会と10月に熊本農業公園で予定されていたウォークラリーが、ともに台風の影響で中止となった為、久しぶりの勉強会となりました。

茶話会では、病院売店で販売中のお菓子のアトリエ『かぎしっぽ』さんの1単位(80キロカロリー)の美味しいおやつをみんなでいただき、リラックスした中でとても話がはずみました。



●お問合せ・お申込み

熊本循環器科病院 外来担当看護師(浅野・森村)まで ☎096(378)0345

●入会資格

当院に通院中の糖尿病患者様、並びにご家族様

●会費

年間 3,600円(4月1日~翌3月31日)

月額 300円×入会月数(年度の途中で申込みされる方)