

「地域のかかりつけ医 まるき内科クリニック」

“薬師かわら版”

〒989-5625 栗原市志波姫堀口十文字1-1 TEL0228-24-8073 発行者 院長 鈴木 慎二



待合室



待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

～糖尿病患者さんのための「食事」クイズ～

今月は、糖尿病患者さんにご注意いただきたい低血糖についての話題です。

クイズ

低血糖になった直後の対処法として、最も安全なのはどれでしょう？

① チョコレートを食べる



② コーラを飲む



③ 何も口にせず横になる



低血糖のポイント

一般に、血糖値が 70 mg/dl 以下になると低血糖の症状があらわれます。

低血糖の主な症状は

冷汗、手指の震え、顔面蒼白、動悸、集中力の低下などがあります。



低血糖時の対処法

ブドウ糖 10g または、糖質を含むジュースなどを摂りましょう。15分以内に症状の回復がなければ、同じ対応を繰り返します。それでも改善がみられない時は、病院へ連絡してください。

正解は、「②コーラを飲む」です。

ブドウ糖や糖類を含むジュースなど、体への吸収が速い食品を口にしましょう。チョコレートは脂質を多く含むため、糖質の吸収がややおだやかとなります。



ワクチン接種の予約について

7月13日より満16歳（高校1年生）以上65歳未満の方の予防接種の受付が始まっております。当院では、**定期通院をされており基礎疾患を有する方・高齢施設等に從事されている方のみが対象**となります。

電話が繋がりにくく、大変ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。

掲示板

当番医・休日変更・夏季休診のお知らせ

- 8月9日(月) 当番医
- 8月11日(水) 通常診察
- 8月13日(金)～16日(月) 夏季休診



上記のように変更となっておりますのでご注意ください。