

「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



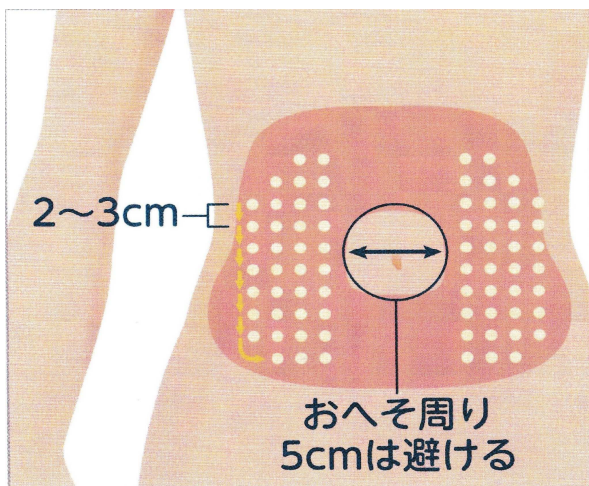
待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

## インスリンボールって何？

インスリン皮下注射を行うと、時々、皮膚の下に塊ができます。インスリンボールは、同じ部位に注射を打ち続けることで皮下にできる比較的硬い2~5cmの塊です。

インスリンボールにインスリンを注射しても、インスリンは上手く吸収できません。吸収が乱れると血糖値の変動幅が大きくなる可能性があり、低血糖も起こしてしまいます。治療のコントロールが難しくなります。インスリンボールは自然には消えません。そこを避けて注射することが大切です。

●インスリンの注射部位は毎回、変えなければいけません。



インスリンボールを作らないためには、注射部位をローテーションすることです。注射部位を前回より2~3cmずらして打つことが基本です。インスリンを頻回（一日3~4回）注射する方は、おへその周りを避けて、上下、左右、交互に部位を変えて注射しましょう。



## 白衣の天使



お花見は春の楽しみのひとつですが、食べ過ぎや冷えに気をつけながら、健康的に楽しむことが大切です。お花見は、座って桜を愛でるだけでなく、桜並木を散策したり、ピクニックの準備をしたりとよい運動になります。

## 掲示板



診療・休診のお知らせ  
R8/5/31（日）休日当番医