

確かな技術と思いやりの医療で地域のみなさまに安心を。

医療法人 三輝会 稲山病院



診療科目

内科・呼吸器内科・消化器内科・
循環器内科・外科・乳腺外科・整形外科・
リハビリテーション科・皮膚科

診療受付

平日 / 09:00 ~ 18:00
土曜日 / 09:00 ~ 13:00



〒770-0004
徳島市南田宮4丁目3番9号
(城北高校前)

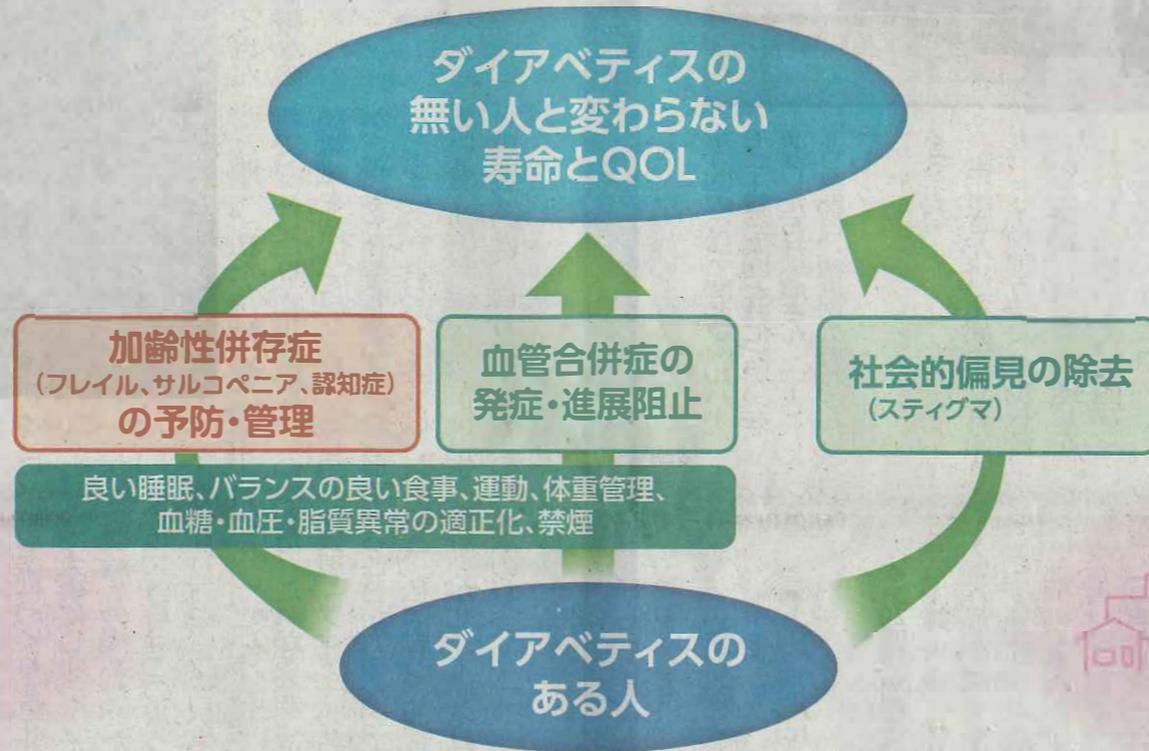
TEL: 088-631-1515

企画・制作 / 徳島新聞社 営業局



ダイアベティス(糖尿病)とQOL

徳島大学先端酵素学研究所糖尿病臨床・研究開発センター センター長・教授 松久 宗英



■ ダイアベティスのある人のQOLは？

糖尿病をダイアベティスに改め、これまでの社会的偏見(スティグマ)と距離をおく試みが進められています。その治療目標は「ダイアベティスの無い人と変わらない寿命とQuality of Life(QOL)」の実現です。寿命に関しては、その差が明らかに小さくなり、目標に近づいてきました。

では、QOLはどうでしょうか。その前に、QOLについて説明します。「人生の質」と訳され、その要素は多様で身体

的健康、精神的健康、社会的関係、経済的安定、そして信条などがあげられます。

ダイアベティスのある人はQOLが低いことが多く、我々の研究でも同様の結果でした。特に、加齢とともに進む筋力低下や肥満があると身体的QOLが低下していました。加齢に関連する身体機能の低下はフレイルと称され、ダイアベティスでは早い時期から進行することが知られています。このため、日常から加齢の影響を最小限にするアンチエイジング活動が大事になります。

■ アンチエイジング活動で良いQOLを

アンチエイジングのコツに特別なものはありません。良い睡眠、たんぱく質が不足しないバランスのとれた食事、筋トレや速歩など適度な強度の運動、筋肉量を維持する体重管理、そして禁煙が基本です。そこに、個々に応じた、血糖や脂質、血圧の治療目標を達成することにより、良いQOLを維持してください。



食事サービスを通して健康管理をサポートしています



安全・安心・おいしい

株式会社 ふくなが



〒770-0872 徳島県徳島市北沖洲3丁目7-28-5 TEL.088-664-0032

