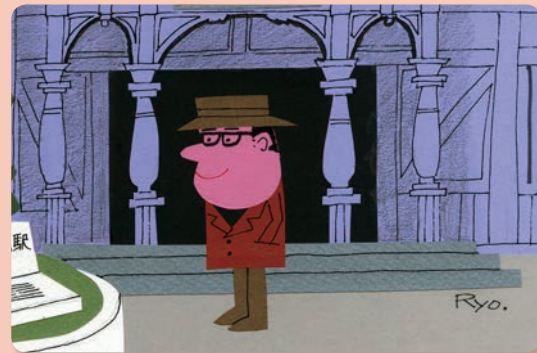


医療機関名

インスリン治療の開始を検討されている方へ

毎日をもっと楽しく！ インスリン治療

監修：奈良県立医科大学 糖尿病学講座 教授 石井 均 先生



注射に合わせて生活を変えないといけない?

そんなことはありません。
糖尿病の状態によっては、
あなたの生活をなるべく変えずに、
インスリン治療を
始めることもできます。
あなたに合ったやり方を相談
しましょう。



注射するインスリンは、その種類によって
効果が出るまでの早さ、効果が続く時間が違うため、
人によって注射をする時間や回数は異なります。

インスリン治療は、あなたの糖尿病の状態に合わせ、
日常生活の中で無理なく続けられるよう、
種類の違うインスリンを使い分けて行われます。

インスリン治療をすることになったら、
あなたのふだんの生活にいちばん合ったやり方を、
先生に考えていただきましょう。

人前で注射はしたくない。
でも、どこで注射すればいいの？

ひとりになれるスペースや、
公共の施設^{しせつ}をうまく使いましょう。



外食のときや旅行中など、
人といっしょのときはどこで注射すればいいのか、
多くの患者さんにとって気になる問題です。

清潔でものを置くスペースがあれば、
洗面所などでも注射することができます。

また、ショッピングモールなど公共の施設には、医務室や
救護室があるので、よく行く場所では確認しておきましょう。
多くの患者さんが、いろいろな工夫をされているようですよ。

以前のように生活を楽しむことはできないの?

インスリン治療をしながら

かつやく

活躍している人はたくさんいます。

あなたも、ちょっとした工夫で、
もっと楽しく毎日を過ごしましょう。



あなたの趣味はなんですか? インスリン治療を始めたら、それをあきらめなければならない、と思っ
てはいませんか?

海外旅行なら旅行中の注射する時間を先生と相談
しましょう。スポーツなら低血糖防止に食べ物を持ち歩く
など、いろいろな工夫のしかたがあります。

いくら体が健康になっても、あなたが生活を楽しめないのなら
意味はありません。インスリン治療をしながら、あなたらしく
生活する方法を、先生と一緒に考えていただきましょう。