

健康講座のご案内

「福井ライフ・アカデミー連携」

演題名：糖尿病は万病の元～腎臓病、動脈硬化、がん、認知症～

日時：令和4年11月12日(第2土曜日) 15:00～16:00

会場：県民健康センター 研修室

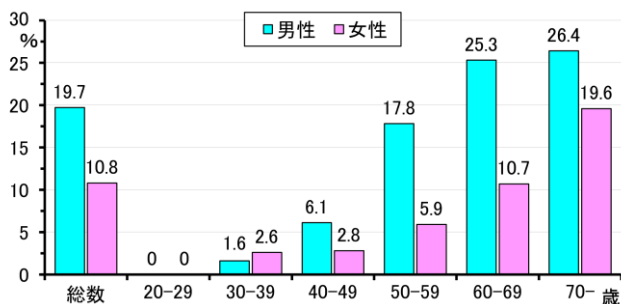
講師：がん検診事業部長 松田 一夫

事前の申込は不要です。

糖尿病が強く疑われる者の割合は、2019年には男性19.7%、女性10.8%です。腎臓病・動脈硬化・がん・認知症など万病の元である糖尿病を予防し、改善する方法を考えてみましょう。

糖尿病が強く疑われる者の割合(20歳以上)

(HbA1cが6.5以上または治療中、2019年国民健康・栄養調査)



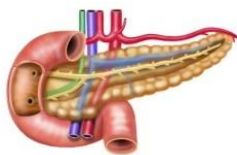
糖尿病のリスクを高める要因

多目的コホート研究(JPHC Study)より、2004年

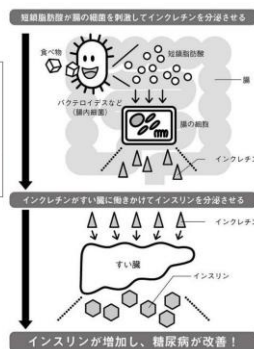
	リスクの上昇度
年齢 (+1歳ごとに)	[男女] 2%上昇
肥満指数BMI (+1ごとに)	[男女] 17%上昇
糖尿病の家族歴 (あり/なし)	[男] 2.0倍, [女] 2.7倍
高血圧 (あり/なし)	[男] 1.3倍, [女] 1.8倍
喫煙 (1日20本以上/非喫煙)	[男] 1.4倍, [女] 3.0倍
飲酒 (1日1合以上/非飲酒者)	[男] 1.3倍

糖尿病は

- 3大合併症(腎臓, 網膜, 神経)
- 心筋梗塞の原因
- 認知症の原因
- がんの原因
(肝臓・膵臓・大腸他)



腸内細菌が作る短鎖脂肪酸が
糖尿病を改善
<餌>は野菜!



HbA1cを
<7.0に



お問い合わせ先：県民健康センター TEL: 0776-98-8000