

糖尿病性腎症とは？

【どんな病気？】

糖尿病により高血糖状態が長く続くこと等が原因で、腎臓の働きが悪くなる病気です。初期には自覚症状はほとんどなく、むくみやだるさ、吐き気等の症状が出てきたときには、すでに腎機能の低下が進行していて、重症化すると生涯にわたって人工透析が必要となります。

【重症化すると…？】

糖尿病性腎症が進行し、腎臓がほとんど働かない状態になると人工透析が必要になります。

主な人工透析は、週3回程度、1回4時間以上、専用の機械で血液をろ過し老廃物を除去してきれいにする治療を行います。人工透析なしでは生命を維持できなくなり、一生涯通院が必要になります。本人やご家族の方にとって大変な治療であるうえ、医療費が高くその多くは医療保険で支えているため、透析患者が増え過ぎると保険料(料)が上がったり、医療保険自体が破たんする可能性があります。

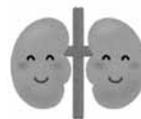
【糖尿病性腎症の発症を防ぐには？】

①年に1回の健診を欠かさず受けましょう

特定健康診査、後期高齢者健診においては、腎機能障害、腎臓の働き具合を調べる項目が充実しています。

【腎機能検査項目】

尿検査(蛋白・糖)、血清クレアチニン、eGFR、尿素窒素、尿酸



②糖尿病、高血圧をきちんと治療しましょう

血糖、血圧を良好に保つことで腎臓を守ります。

③食生活や運動などの生活習慣を改善しましょう

○腎臓をいたわる食生活

食塩のとり過ぎは腎臓に負担をかけます。意識して減塩を。

- ・麺類の汁は飲まない
- ・漬物、塩辛、つくだ煮などは控える
- ・しょうゆは「かける」ではなく「つける」
- ・酢などの酸味、香辛料を使う
- ・天然食品でだしをとる

○腎臓をいたわる生活習慣

- ・ウォーキングなど軽い運動を行い、今より歩数を増やす
- ・睡眠、休養をしっかりととり、疲れをためない



問合せ先 保険医療課 ☎ 444・3168

10月から子どもインフルエンザ予防接種費用の助成がはじまります

対象の方には9月末までに助成券をお送りします。

対象及び助成回数

接種日に市に住所を有し、かつ1歳から中学校3年生までの方

- ①平成16年4月2日生まれ～平成19年4月1日生まれの方……1回
- ②平成19年4月2日生まれ～平成30年12月31日生まれの方……2回

助成期間

10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

助成額

1回の接種につき1,000円

接種時に子どもインフルエンザ予防接種費用助成券を実施医療機関窓口へ提出し、1,000円を差し引いた額をお支払いください。

実施医療機関

子どもインフルエンザ予防接種費用助成券に記載されている一覧表(市内の指定医療機関)でご確認ください。

※医療機関で予約開始日、実施期間、実施年齢が異なります。

※指定医療機関以外で接種を受けた場合、後から払い戻しが受けられます。

持ち物

子どもインフルエンザ予防接種費用助成券、母子健康手帳、健康保険証、各種医療受給者証、接種費用

払い戻しの手続き

(申請期限3/31)

令和元年度から、接種後の申請となります。申請の時は、次のものをお持ちください。

- ①インフルエンザ予防接種と明記されている領収書
- ②予診票の原本、または写し
- ③振込先のわかるもの
- ④印鑑
- ⑤あま市子どもインフルエンザ予防接種費用助成券



問合せ先

基目寺保健センター ☎443・0005 七宝保健センター ☎441・5665 美和保健センター ☎443・3838

虐待の相談・通報はこちらへ

児童虐待 ☎444・3173(子育て支援課)または☎189(児童相談所全国共通ダイヤル、24時間対応)

障がい者虐待 ☎444・3135(社会福祉課)

※市役所は平日午前8時30分～午後5時15分

高齢者虐待 ☎444・3141(高齢福祉課)

(夜間・休日は宿日直につながります)

※FAX番号 ☎443・3555(共通)