

生活改善はすごい効果があります！



- 54歳 会社員
- 身長178.4cm
- 口渇
- 体重減少15kg/月



- 体重92kg
- HbA1c 14.1%
- 血糖689mg/dl



まずは

禁: 飲酒・清涼飲料水
揚げ物・果物
お菓子



(3ヵ月後)

- 84.6kg
- HbA1c 7.7%

(12ヵ月後)

- 87.8kg
- HbA1c 5.4%

どんなに生活改善に励んでもインスリンが足りなければ・・・

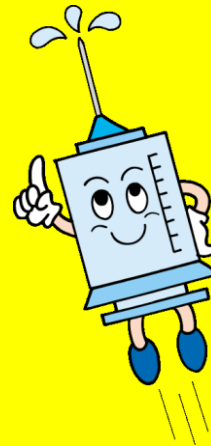


- 身長160cm 主婦
- 40代健診で糖尿病の診断
減量(65→50kg)
- 55歳から経口剤開始
- 食事運動療法 実行
 - 食事1400kcal 守る
 - 朝ラジオ体操 45分
 - 夕食後1時間ウォーキング
 - お酒/たばこなし



- 65歳 体重45kg HbA1c10.4%
- 眼底に微少出血あり

インスリン開始



(4ヵ月後)

- HbA1c 7.1%

(8年後)

- 45kg
- HbA1c 6.4%
- インスリン1回
総6単位
- 合併症進行なし

どんなに薬を強くしても食事療法ができなければ・・・

- 63歳 初診
- 82.8kg
- HbA1c 10.4%
- 食事指導開始

薬増量
多剤併用

- 67歳
- 74.2kg
- HbA1c 9.8%
- **整形の手術**
インスリン開始
- 1日/回 10単位



インスリン増量
総34単位

- 154.4cm 主婦
- 理想体重52.5kg
- 58才から経口剤開始

- 71才
- 78kg
- HbA1c 8.9%
- **敗血症で入院**
- **インスリン4回/日**
総36単位
- 退院時
HbA1c7.0%
体重73kg

- 退院後3か月
- 76kg
- HbA1c 8.4%