

第31回健康セミナー

血糖コントロールで一番大切な事
～合併症を予防するための最善策～

- 日時：7月15日(土) 15:00～
- 場所：玉谷クリニック 待合室
- 講師：玉谷クリニック 院長 玉谷 実智夫



糖尿病で合併症を予防するには血糖値を下げる必要がありますが、下げ過ぎると低血糖になります。**安定的に正常値を維持し続ける事が理想です。**

新しい薬の登場で血糖値のコントロールはしやすくなりました。ここで1日の血糖の推移が分かれば、自分に合う薬が選べます。また、血糖の高い時間帯の運動や食事に気をつけたり、逆に血糖が低い時間帯は低血糖の対策もできます。

今回のセミナーは**1日の血糖値の流れ、薬の特徴**を紹介します。**みんな健康な人と変わらない理想の血糖コントロールを目指しましょう！**