## 2泊3日糖尿病教育入院のご案内

糖尿病の事がよくわからない、詳しく知りたいけど忙しくて長期の入院はできないと悩まれてませんか?糖尿病は自覚症状がなくても、放っておくと様々な合併症をおこす病気ですが、正しい知識を持ち、自己管理を行えば上手に付き合っていけます。

週末を利用し、糖尿病と自己管理について学習し、合併症予防のためのセルフケアに取り組んでいただくための入院です。入院をきっかけに健康的な生活が送れるように、一緒に頑張りましょう。

## 🐪 日 時

- 毎月第3金曜日から日曜日までの2泊3日
- ・金曜日の 11:00 に来院していただき、昼食後入院手続きを行います。 退院は日曜日の 11:00 となります。

## 🌎 対象者

- ・合併症のない2型糖尿病と診断された方
- ・20歳以上で認知症を認めない方
- ・糖尿病学習に意欲のある方 (※血糖コントロールは対象としておりません。)



費 用 3割負担の方で約4万円程度必要となります。

入院日の昼食はレストラン「グランディール」で の食事をご用意しています。 入院費とは別に 1,080 円が必要となります。 (家族の方も1名まで参加できます。)



- ・医師、看護師、栄養士、薬剤師、検査技師、理学療法士が基本的な糖尿病教育を行います。(詳細は別紙スケジュール表をご覧ください。)
- ·入院前後に外来で栄養指導を受けていただき、希望される方には退院後も継続的に指導を行います。
- ・入院中に蓄尿検査(CRP、Ccr、アルブミン)と血糖日内変動7回の検査を行います。
- ・退院後には、紹介元の先生あてに継続指導に必要 な情報をお送りいたします。

持参して いただく 物

- ・日常生活の調査表 ・2 泊3 日糖尿病教室スケジュール表
- ・保険証 ・運動靴 ・動きやすい服装 ・普段飲んでいるお薬
- ・お薬手帳 ・普段使ってるお茶碗 ・血圧などの手帳
- ・検診などの検査結果 ・糖尿病連携手帳(持ってる方)

ご家族の方参加も歓迎しております。有意義な3日間となるように、医師、看護師、栄養士、薬剤師、検査技師、理学療法士、共に協力させていただきます。

	→ 2泊3日糖尿病	。 教育入院スケジュ <b>ー</b>	ル表 🕇
	第1日目(金曜日)	第2日目(土曜日)	第3日目(日曜日)
7時	**2	7:30 採血・体重測定	7:30 体重測定
8時	**	朝食	朝食
9時		『大切な足を守るためにでき	DVD学習
		ること』 (看護師)	(看護師)
		検温	
10時		10:00採血(朝食後2時間) 『知っておきたい網膜症と歯	│『退院後の目標を立  てよう』
		知つくぬさにい網膜症と圏  周病』	(看護師)
11時		(看護師)	終了証書授与
	病棟オリエンテーション	11:30 採血	退院手続き・退院
12時	レストラン「グランディール」	昼食	
	でランチ	<mark>『普段のご飯は何グラム?』</mark> (看護師)	
13時	<u>自己紹介(看護師・管理栄養士)</u> スケジュールの説明	『レッツウォーキング!』	
	体重測定、血糖測定	(看護師)	
14時		14:00採血(昼食後2時間)	
	14:30 畜尿開始 <b>『検査のいろいろ』</b>	14:30 蓄尿終了(採尿)	4
	(検査技師)		
15時		『明日来るかもしれない南海	
	(医師)	トラフ地震に備えよう』	70
	『からだを動かそう』	(看護師) (看護師) (看護師) (電話師) (電話の) (電話の	
16時	(理学療法士) <b>『くすりの広場 』</b>	ツ』	
	(薬剤師)	(看護師)	
	『食事を知ろう』	『今までの生活を振り返り、	
17時	(栄養士) <b>『本日の振り返り』</b>	<mark> 今後の目標を考えてみよう』</mark> (看護師)	
וו טקל	│『本日の振り返り』 │『糖尿病について語ろう』		
	(看護師)		
18時	夕食	夕食	高知赤十字病院
I O III±	DVDや本の貸し出しできます		本館6階病棟
ı <b>少</b> 晴	マンドキの貝し口しじざまり		
20時		20:00採血(夕食後2時間)	*
			);
21時	消灯・就寝	消灯	**
22時		22:00 採血(就寝前)	
		就寝	

1日目 12:00~ レストラン「グランディール」で みんなでランチ♡ 外食食べると血糖はどうなるの? 自分の食事の傾向を知ろう?



## 院2泊3日糖尿病教育入院



3 B 自日

曜

B

9:00~ 「DVD学習」

10:00~ 「退院後の目標を立てよう」 看護師



14:40~

「検査のいろいろ」検査技師 糖尿病の検査で何がわかるの?

15:00~

「糖尿病について」医師 糖尿病ってどんな病気なのか? について医師がお答えします

15:30~

「からだを動かそう」

理学療法士

運動療法の効果や実際について

旧目

16:00~ 「くすりの広場」薬剤師 自分の飲んでいる薬についてしろう

16:30~

「食事を知ろう」管理栄養士 糖尿病の食事の基本を

O×ケイズで学ぼう!

17:00~

「本日の振り返り」

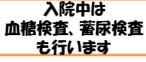
18:30~

「糖尿病について語ろう」 看護師



さあ今日から 始めよう

糖尿病を知り、うまく つきあえる方法を 3日間で学びます!





B

B

余

矔

B



2

日目(土

曜

旦

付き合い方を 知って





13:00~

「レッツウォーキング!」看護師 さあ、歩きにでかけよう

> 15:00~ 「明日来るかもしれない 南海トラフ地震に備えよう」 看護師



16:30~

「今までの生活を振り返り今後 の目標を考えてみよう」 看護師

基本を知って



9:00~

「大切な足を守るためにできること」 看護師

10:00~

「知っておきたい網膜症と歯周病」 看護師

12:00~

「普段のごはんは何グラム?」



15:30~

「糖尿病と上手につきあうコツ」 看護師

