

第7回糖尿病課外教室開催

糖尿病課外教室を3月26日に開催しました。糖尿病ワーキング主催の糖尿病課外教室も今回で第7回となりました。

今回は今までの花見ウォーキングから趣向を変え、調理実習を組み入れた内容としました。調理実習のため参加人数は12名と少数でしたが、調理実習で計量・調理を行うことで普段の食事の振り返りが出来たり、食事に関する新しい発見があったりと食事療法に対する理解が深まりました。また普段見られない内科の先生方のエプロン姿は新鮮でした。参加者と医療者が協力して一緒に調理・食事を行うことで参加者同士、また参加者と医療者の交流も深まりました。

メディカルチェックでは食事前後の血圧、血糖値の測定を行い、食後の血糖値の変化を実感することができました。相談コーナーでは自宅で書いてきた食事記録を栄養士に確認してもらったり、医師に日頃の疑問を相談したりと普段の療養生活の確認ができました。今回は歯科衛生士によるミニレクチャー「糖尿病と歯周病」いうタイトルで歯周病と歯の手入れに関するお話を分かりやすくしていただき、第6の合併症と言われている歯周病の理解につながりました。

病院内では顔を合わせてお話する時間は限られていますが、今後もこのようなイベントを企画し、患者さんと医療者、そして患者さん同士の交流もはかれるような楽しい場を提供していきたいと考えています。患者さんのご意見を参考に今後もよりよいイベントが開催できるように糖尿病ワーキングチームのメンバーで検討していきたいと思います。



