

# 糖尿病教育入院スケジュール (5日コース)

様

暦日	月 日 (月) 初日	月 日 (火) 2日目	月 日 (水) 3日目	月 日 (木) 4日目	月 日 (金) 5日目(退院日)	
食事	あなたの適切な摂取エネルギーは <b>Kcal</b>  身体状況に応じて、塩分 タンパクの制限などがあります。				午前退院	
検査	入院時検査 身体測定 (体重・身長・腹囲・体脂肪率)    腎臓・インスリン分泌機能を調べるため 尿をためて頂きます。PM( : )~	尿検査・便検査・採血 血糖を7回測定し1日の変化 をみます。 朝食前 7:30 朝食後2時間 10:00 昼食前 11:30 昼食後2時間 14:00 夕食前 17:30 夕食後2時間 20:00 寝る前 21:00 翌日のPM( : )まで		血糖を7回測定し、1日の変化 をみます。 朝食前 7:30 朝食後2時間 10:00 昼食前 11:30 昼食後2時間 14:00 夕食前 17:30 夕食後2時間 20:00 寝る前 21:00  ★教授回診	・入院中の検査の結果を お知らせします。	
薬	現在飲まれている薬の内容を 確認します。 ※インスリンを使用されている方 も同様に確認します。 ◎他の科や、病院でもらって いる薬もお持ちください。				薬剤指導	
糖尿病教室		検査と自己管理、運動療法 【医師】 (9:00~10:00)	糖尿病とは【医師】 (9:00~10:00)	合併症について【医師】 (9:00~10:00)	治療について【医師】 (9:00~10:00)	
生活指導	オリエンテーション *簡易血糖測定器の使用法の説明含む  私の目標(入院初日)  	日常生活について(13:00~14:00) 【看護師】 ・フットケア  ・マウスケア ・シックデイの過ごし方 運動療法(空き時間) ・筋肉を増やす ・脂肪を燃やす ・運動時に気をつけること *外出届けを出して頂いて、自由にウォーキング等取り入れてみて下さい。当病院には、運動施設はございません。	食事【栄養士】(11:00~13:30) ・栄養とは。。。 ・メニューの選び方  ・嗜好品の取り方 *食事をしながらの講義になります 運動療法(空き時間)	薬【薬剤師】(13:00~14:00) ・薬の作用と副作用  ・低血糖について ・薬の保管方法 運動療法(空き時間)		さあ、これからが本番です！  退院後の私の目標  
今日の学び & メモ						
血糖値記録	朝 昼 夕 寝る前	朝 後 朝 後 昼 後 夕 後	朝 昼 夕 寝る前	朝 後 朝 後 昼 後 夕 後	朝 昼 夕 寝る前	
体温・脈拍	°C 回	°C 回	°C 回	°C 回	°C 回	
血圧	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	
体重/体脂肪	Kg / %	Kg / %	Kg / %	Kg / %	Kg / %	
今日の歩数	歩	歩	歩	歩	歩	