
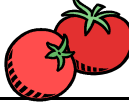

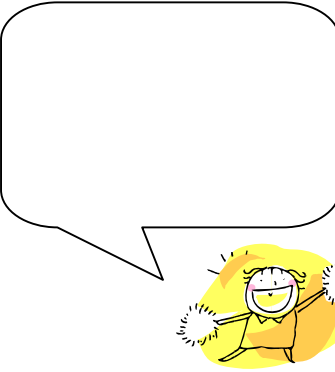



糖尿病教育入院スケジュール (4日コース)

様

暦日	月 日 (金)	月 日 (土)	月 日 (日)	月 日 (月)	
	初日	2日目	3日目	4日目(退院日)	
食事	あなたの適切な摂取エネルギーは Kcal 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(:)～翌日のPM(:)まで	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	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	・入院中の検査の結果を お知らせします。 ★助教授回診 	
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 いる薬もお持ち下さい。			薬剤指導	
糖尿病教室		運動療法について【医師】 (9:00～10:00)	合併症について【DVDのみ】 (9:00～)	動脈硬化【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 食事【栄養士】(14:30～15:30) ・栄養とは。。。 ・メニューの選び方 ・嗜好品の取り方 	日常生活【看護師】(13:00～14:00) ・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。	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	私の目標(入院初日) 				
血糖値記録	朝 昼 夕 寝る前	朝 後 夕 寝る前	朝 後 夕 寝る前	朝 昼 夕 寝る前	
体温・脈拍	℃ 回	℃ 回	℃ 回	℃ 回	
血圧	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	
体重/体脂肪	Kg / %	Kg / %	Kg / %	Kg / %	
今日の歩数	歩	歩	歩	歩	