



### アルコールと糖尿病

コロナ禍の今日、宅飲みの機会が増えていませんか？  
アルコールには、リラックス効果がありストレス軽減を期待できますが、飲みすぎには注意が必要です！  
糖尿病の人は主治医が認める場合、**1～2単位**  
**(160kcal)**の範囲で飲酒が可能です。週2日の休肝日をつくるようにしましょう。(右図参照)

### アルコールが体に及ぼす影響

1. 食事療法がおろそかになる
2. 中性脂肪の増加、肥満や脂質異常症をもたらす
3. インスリン作用の低下、インスリン分泌の抑制
4. アルコール性低血糖  
→ 酩酊と間違われやすい
5. 肝障害、膵疾患
6. 高尿酸血症
7. アルコール依存症



### アルコール1日量の目安(2単位)



缶ビール  
350ml缶  
1本



ワイン  
グラス約2杯  
200ml



焼酎  
ロックグラス  
100ml



ウイスキー  
ロックグラス  
60ml



日本酒  
徳利1合弱  
140ml

### アルコールと糖尿病薬

インスリン注射や血糖降下薬を内服している人は、  
アルコールの効果とお薬の効果が重なる事で低血糖を  
起こしやすくなるので気を付けましょう。

### 自動検温機設置しました

来院時に測定して頂き、受付に体温の申告をお願いいたします。

### 診療報酬改定のご案内

2021年4月より診療報酬が一部改定されます。  
窓口会計金額が変更になる場合があります。  
\*ご不明な点がございましたら、  
スタッフまでお気軽にお問い合わせください。

