

糖尿病性腎症 重症化予防プログラムのご案内

費用無料

～血糖値が高めだったあなたへのご案内です～

最近このように感じることはありませんか？

- ☐ 忙しくて医療機関を受診できていない
- ☐ 自覚症状がないので何に気を付けたら良いか分からない
- ☐ 医師や看護師に指示された内容を実践できていない
- ☐ 数値改善のために何に取り組めばよいか良いかわからない

チェックが入った方もそうでない方も

国家資格を持った専門職が、 健康に関するお悩みにお答えします。

今の状態を放置すると・・・

■ 自覚症状がなくても、血管のダメージは進んでいるかもしれません。

血管のダメージが蓄積すると、合併症が起きてしまいます。ダメージの出る場所により合併症が異なります。

神経の障害



手足のしびれ
感覚の低下

足の切断

目の障害



視野低下
視野が欠ける

失明

腎臓の障害



足のむくみ
だるさ・疲れ

人工透析

脳の障害



脳卒中

最悪の場合 死に至ることも・・・

心臓の障害



狭心症
心筋梗塞

■ 合併症が起これば、生活で困ることが出てくる可能性もあります。

仕事への影響



脳卒中患者の1年半後の原職復帰率は2人に1人。(※1)

車の運転への影響



見えない部分がある、手足が動かしにくくなる等、運転が困難になるケースも。

時間の制約



人工透析は、半日の通院（時間拘束）が週3日程度必要。

※1：厚生労働省受託事業、「治療と職業生活の両立等の支援手法の開発一式」脳・心疾患脳卒中患者の復興支援事業報告より

糖尿病性腎症重症化予防プログラムとは

健康診断の結果から、生活習慣の改善により重症化の予防が期待できる方々を対象に、生活習慣の改善案をご提案・数値改善に向けサポートさせていただくプログラムです。

プログラムの流れ

保健指導マイページ アカウント登録

11月下旬以降～SOMPOヘルスサポートより、アカウント登録依頼メールが届きます。
本人確認を実施し、アカウント登録を完了してください。
アカウント登録いただきますと、相談員とのやり取りは、メールのみとなります。

初回面談の日程調整

SOMPOヘルスサポートの健康相談員よりご連絡させていただきます。

相談員発信番号: ☎ 0120-559-870 メールアドレス: ✉ @mypage-kizuite.com

初回面談(12月21日(日)実施まで)

※12月21日(日)までに実施いただけない場合支援終了となります。

遠隔面談と対面面談から選択可能です。

かかりつけ医の指示や普段の生活を踏まえ、生活習慣改善に向けて取組目標を設定します。



電話支援(1か月後)

電話で取組状況を確認し、必要に応じて目標の見直しを行います。

電話支援(2か月後)

継続的なセルフコントロールのためのアドバイスや、取組を継続するためのポイントを提案します。

最終面談(3か月後)

取組の結果を振り返ります。セルフコントロールを継続するためにアドバイスします。



事業実施に関するお問い合わせ先(委託先)



SOMPOヘルスサポート

サポートセンター

0120-334-523

受付時間/9:00～17:00(土日・祝日・年末年始除く)

SOMPOヘルスサポート株式会社

個人情報の取り扱いにつきましては十分注意のうえ、プライバシーの保護に留意してまいりますのでご安心ください。委託機関はプライバシーマークの認証を取得し、個人情報について適切な管理をしています。

かかりつけ医の声

※医療機関の通院有無に問わずご参加いただけます。

●HbA1c の改善も見られますし、糖尿病のことを改めてよく理解したという声が聞かれます。

●運動、食事の大切さを専門職の方から助言をもらえる意義は大きいと思います。



よくあるご質問

Q 医療機関に通院していても参加する必要がありますか？

A

診察ではなかなか聞けない体調の波(シックデイ)や、あなたに合った食事や運動についてなど、かかりつけ医の指示に従い、糖尿病と上手につきあっていくためのコツを相談員が共に考えることで、**より効果的に生活習慣の改善**が実現できます。

※参加いただくにあたり、**かかりつけ医の同意書取得は不要**です。
ヒアリングシートを可能な範囲でご記入いただき、初回面談時にご持参ください。

Q 参加するのには費用がかかりますか？

A

参加費用は無料ですので、ぜひお気軽にご参加ください。

※支援プログラムの期間中に医療機関で検査を受けた場合は、通常の保険診療となります。

事業実施に関するお問い合わせ先(委託先)



SOMPOヘルスサポート

サポートセンター

0120-334-523

受付時間/9:00~17:00(土日・祝日・年末年始除く)

SOMPOヘルスサポート株式会社

個人情報の取り扱いにつきましては十分注意のうえ、プライバシーの保護に留意してまいりますのでご安心ください。委託機関はプライバシーマークの認証を取得し、個人情報について適切な管理をしています。