



患者さんのために
もっと飲みやすく、
ずっと使いやすく。



高田製薬株式会社

www.takata-seiyaku.co.jp

〒331-8588 埼玉県さいたま市西区宮前町203-1
TEL:048-622-2626【代表】

家族の健康を守る、大切な処方薬。
高田製薬は医薬品を通じて家族の健康を見つめています。

今日からあなたも「食べたら、動く」の心がけを大切にしていきましょう。

糖尿病の予防は栄養バランスの取れた食事と、意識して体を動かし、摂ったエネルギーをしっかりと消費することにあります。

軽いランニングなどの有酸素運動には、食事から摂ったエネルギーを消費するだけでなく、糖の代謝を促すホルモンであるインスリンの働きを高める効果があります。

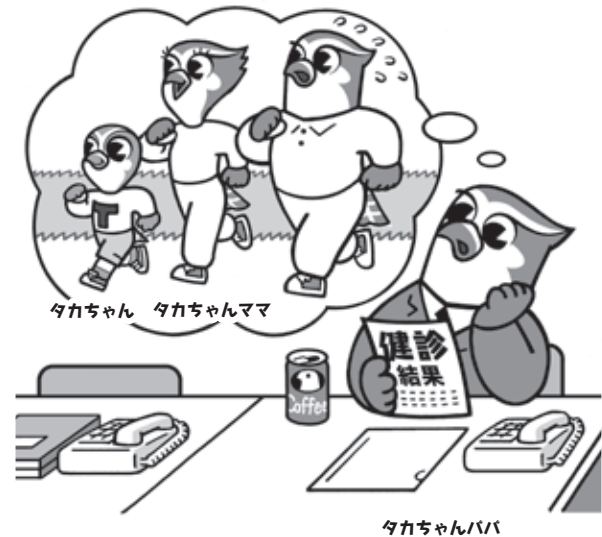
糖尿病になると失明や人工透析導入、動脈硬化による心筋梗塞や脳卒中などの合併症につながります。また、がんや感染症にかかるリスクも上昇するこわい病気です。そして日本人は、肥満体型でなくともこの糖尿病になりやすいのです。

かつて私たちの祖先にとって、わずかな食事で血糖値を上げられるのは、飢餓の時代を生きてのびるのに必要な能力でした。とはいえ、カロリー過多な現代の食生活ではその能力が災いに転じてしまいます。たとえコーラや缶コーヒーの糖分でも、毎日の積み重ねが糖尿病リスクを高めます。

なりやすいのです。

日本人は糖尿病に

太っていても、いなくても。



【監修】島田 朗

埼玉医科大学内分泌糖尿病内科教授

健やかナビ

第24回

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。