



日頃の外出時に備えて
備えあれば憂いなし
すっかり涼しくなり

秋の風を感じながら散歩ができる季節になりました。

お出かけするときに持ち歩くと良い物



糖尿病瓦版

くすり

補食(ブドウ糖)

薬を飲まれている方



☆薬はピルケースに入れて、お出かけ分を持っていくと便利です。

血糖測定器一式

インスリン治療の方



インスリン・針

消毒綿

☆インスリンは暑いところに置き忘れないようにしましょう。



保険証

お薬手帳

治療中の方は全員



☆お薬手帳、保険証は出先の病院受診時に必要です。

☆災害時の備えでも最低限の物品になります。参考にしてみてください。
☆旅行の時は主治医に相談しましょう。
☆水分補給も忘れずに！



次号(12月版)は理学療法士さんからのお話です。

平成二十八年十月版(隔月発行)
春日井市民病院
糖尿病療養指導グループ発行

糖尿病センター
看護師