

糖尿病危険度予測シートについてのQ&A

- Q1** シートを使用する対象年齢は？
- A1** 40歳から69歳までの方を対象としています。
- Q2** シートは男性用をありますが、女性用もありますか？
- A2** 男女別でわかりやすいように、男性用は青色、女子用は赤色の表紙で作成しています。
- Q3** どのような場所で使用するのですか？
- A3** 市町村等で保健指導を行う際に、生活習慣病を改善する教材として使用します。
- Q4** 判定がBのやや危険となりましたが、医療機関に行く必要がありますか？
- A4** 表紙の検査項目の中で赤色の検査項目に該当する項目が一つでもありましたら、医療機関を受診されることをお勧めします。それ以外の方は、保健師等に相談して生活習慣を改善してください。
- Q5** 判定がCのとっても危険となりましたが、医療機関に行く必要がありますか？
- A5** 表紙の検査項目の中で赤色の検査項目に該当する項目が一つでもありましたら、医療機関を受診されることをお勧めします。それ以外の方は、保健師や管理栄養士等に相談して生活習慣を改善してください。
- Q6** 判定がB（やや危険）やC（とっても危険）となりましたが、糖尿病ですか？
- A6** 表紙の検査項目の中で赤色の検査項目に該当する項目が一つでもありましたら、糖尿病等の疾患の可能性があるので、医療機関を受診されることをお勧めします。それ以外の方は、将来、糖尿病になる可能性がありますので、保健師等に相談をして生活習慣を改善してください。
- Q7** 生活習慣チェックは、どこに○を付けますか。
- A7** 質問項目の色分けされた回答欄の○を付けてください。
- Q8** 生活習慣チェックの回答欄が色分けされているのですが。
- A8** 赤・黄・青色は、生活習慣の注意を促すために、色分けをしています。赤色が注意、黄色がやや注意、青色が普通です。赤色に回答した方は黄色に、黄色に回答した方は青色になるように、生活習慣を改善して下さい。
- Q9** 生活習慣チェックの改善欄は何ですか。
- A9** 宣言書での目標するため、生活習慣を改善できる項目2～3個を選択し、○をつけて下さい。
- Q10** 宣言書は、何を記入するのですか。
- A10** 生活習慣チェック項目で、改善できそうな項目を2～3個を選択し記入して下さい。
- Q11** 生活習慣記録表は、どのように使うのですか。
- A11** 保健指導にて宣言書に記載した項目が改善できるように支援を行う。(最大12回) その際に、支援者のコメントを記入し、本人のやる気を持続していくよう指導する。
- Q12** 生活習慣チェックの回答で青色欄のなかには、高脂血症や高血圧等の疾患で、食事の際に食べる量等を制限しているものがありますが、食べても良いのでしょうか。
- A12** 糖尿病の疾患のある方の生活習慣を改善する内容となっておりますので、すでに何らかの疾患のある方は、医師等に相談して生活習慣を改善してください。