

# 栄養だより

平成25年 3月 NO.214

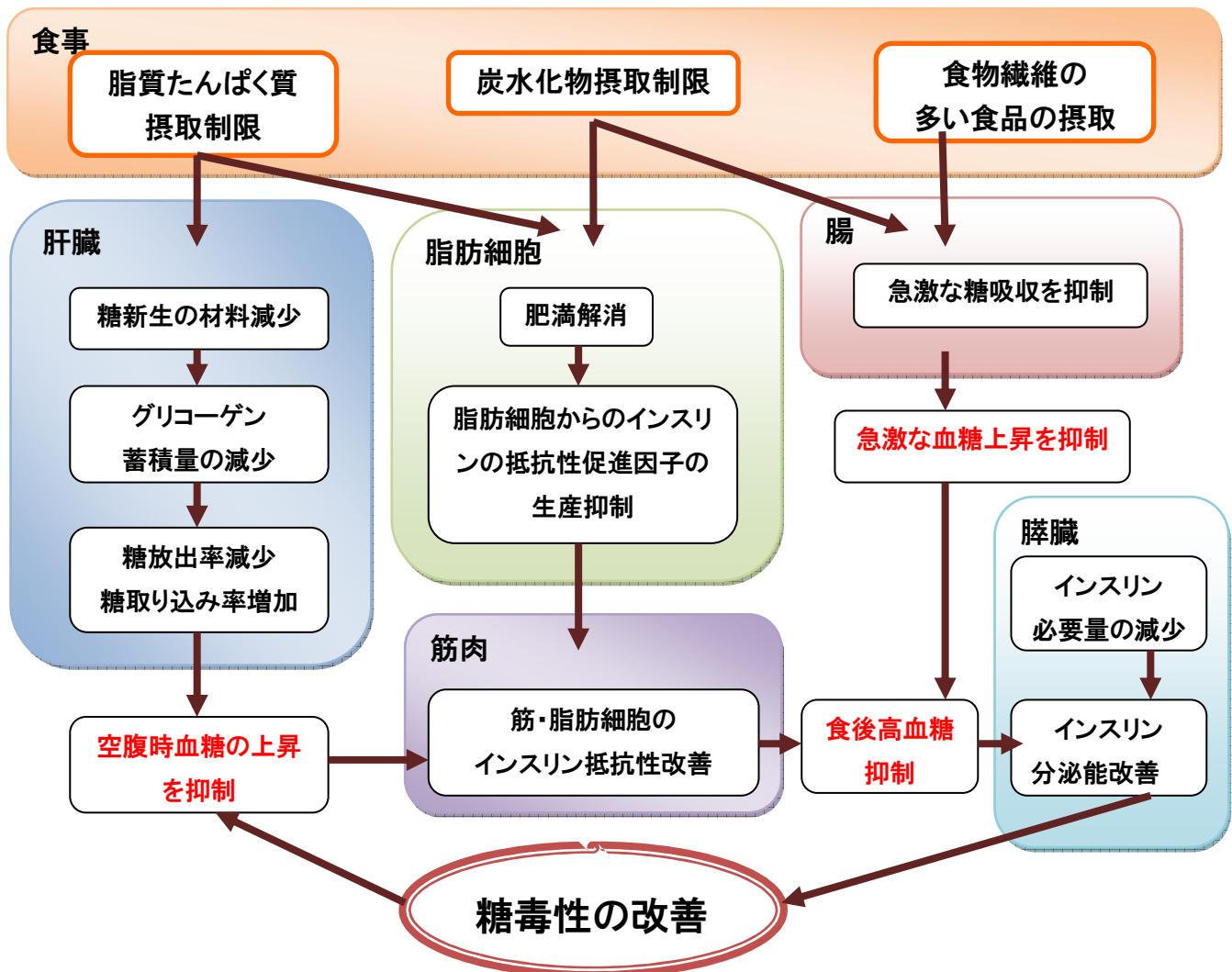
3月に入ったというのにこの寒さ、冬に逆戻りしてしまったようですね。

皆様ご容態はいかがでしょう。



## ● 今回のテーマは**食事療法の必要性**です

糖尿病は食事と密接な関係であるインスリンの作用不足から起こる病気です。インスリンの分泌能力低下や細胞の感受性低下により、ブドウ糖が利用されなくなります。一方、利用されなかったブドウ糖は、血液中に増え高血糖状態になります。



食事療法の基本は適正なエネルギー摂取、炭水化物、たんぱく質、脂質を適正な配分ですること、食事の時間を規則的にとることです