



# こぶしの花だより

2025年3月 Vol.74

さっぽろ山鼻  
内科・糖尿病クリニック

バックナンバーは  
こちらから⇒



## ★ 今月のお知らせ ★

### ◆ゴールデンウィーク中の診療について

4/28(月)は午前診療です。(診療時間は8:30~11:30)  
5/1(木)と5/2(金)は夜間・早朝診療はありません。(診療時間は8:30~17:00)  
※4/29(火・祝)、4/30(水)、5/3(土)~5/6(火)は休診です。

### ◆各種手帳や用紙類(健康診断結果など)は、最初に「受付」にご提出下さい。

手帳は、血圧手帳や糖尿病連携手帳、お薬手帳などです。  
(!インスリンの針や注射は今後も看護師さんにお渡し下さい。)

### ◆健診、風しん抗体検査について

とくとか健診、後期高齢者健診、社保特定健診は、定期受診の方も同時に受けられます。  
令和6年度を受診券をお持ちの方はご予約をしてお越し下さい。受診券も忘れずにお持ちください。  
風しん抗体検査もお手元にクーポン券をお持ちの方は無料で受けられますのでご利用ください。  
(!クーポン券ご利用での風疹抗体検査は、3月末までで終了となります。)

♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡ 3/13は、「世界腎臓デー」です。♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡

## あなたの腎臓、気にしたことはありますか？

成人の約5人に1人が慢性腎臓病です。しかし、慢性腎臓病はなかなか症状が現れず、自覚しにくい病気です。そこで重要となってくるのが、健康診断による定期的な検査、また、日常的な体調管理の中で異変に気付くことです。

### こんなことはありませんか？

- 健康診断の尿検査の項目で異常を指摘されたことがある。
  - おしっこの色が変わったと感じたことがある。
  - おしっこが泡立っていると感じる
  - 夜間に何度もトイレに行く
  - 顔色が悪いと言われることがある
  - 疲れやすい。疲れが抜けない。息切れがする
  - 靴や指輪がきつくなった。浮腫みを感じる
- ※ひとつでも当てはまる人はかかりつけ医に相談しましょう。

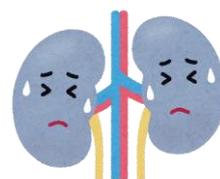
慢性腎臓病は、「早期発見」が大切です。

健康診断を受けた!

という人は...

GFR 値が 59 以下

の方は、かかりつけ医にご相談を。



※GFR 値 59 以下であることが、必ずしも腎臓病の存在を示すわけではありません。