

世界糖尿病デー

~周りの人とできる



糖尿病ケア~

孤独は

糖尿病リスクを上げる?

研究によると、孤独を感じている人は、糖尿病の発症リスクが**1.4**倍以上に上昇していたとの報告がありますまた、健康寿命をのばすためには、「つながり力を高める」ことが最も大切な行動だとされています

様々なソーシャルサポートを見つけてつながることが 治療・予防に大切です

ソーシャルサポートって?

家族や友人、医療スタッフなど、困っているときに助けてくれる身の周りの人のことをいいます ソーシャルサポートは、一般的に4つに分類されると言われており、 ストレス対処や生活の質の向上に重要な役割を果たします

情緒的サポート

共感なぐさめ

家族、友人、 医療スタッフ、 同僚

道具的サポート

家事や育児の手伝い 経済的援助

家族、 医療スタッフ

情報的サポート

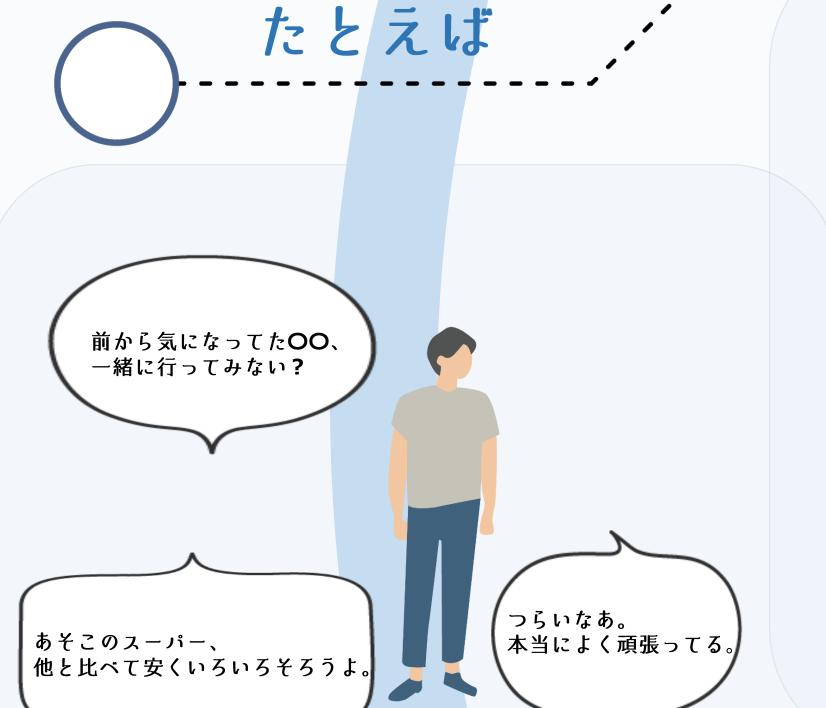
専門家のアドバイス 適切なサービスへの紹介

医療スタッフ

評価的サポート

肯定的なフィードバック

医療スタッフ、 家族



友人







あなたとのつながりが

ケアになります