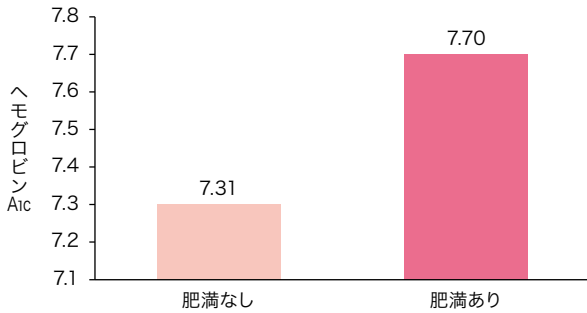


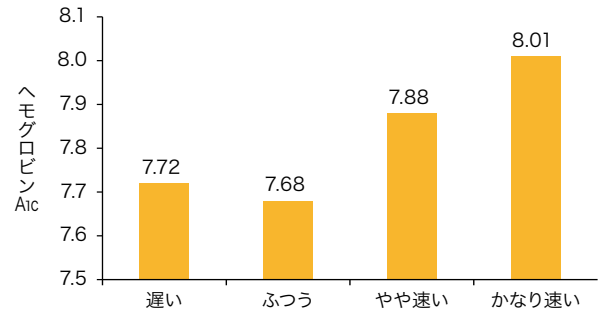
血糖コントロールが良くなる理由は何でしょうか？

～福岡県糖尿病患者データベース研究より～

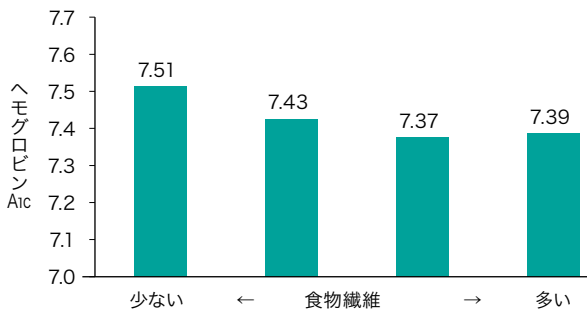
1 肥満になっていませんか？



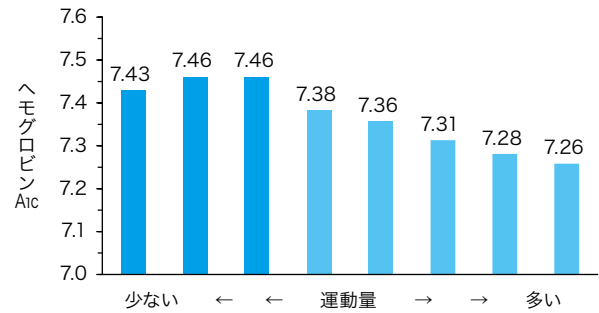
2 食べるのが早くありませんか？



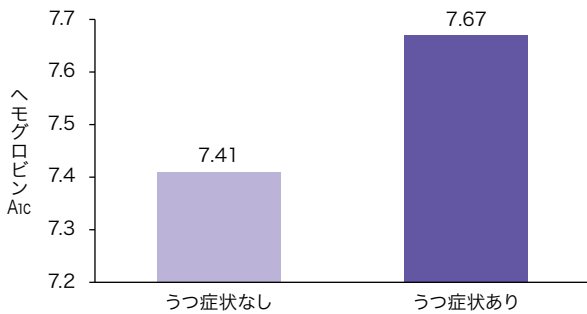
3 食物繊維をとっていますか？



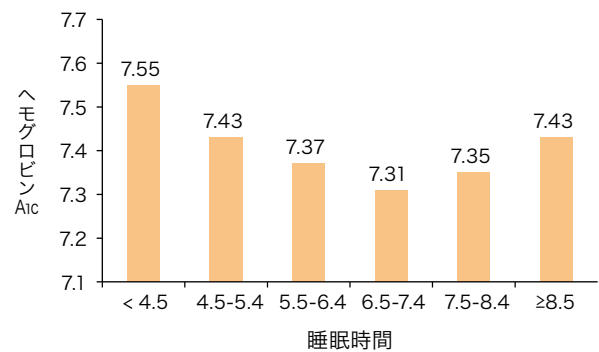
4 運動をしていますか？



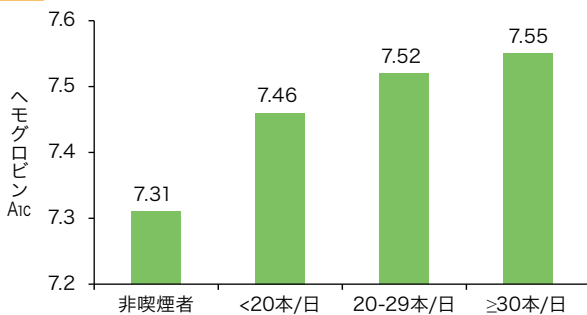
5 うつ症状はありませんか？



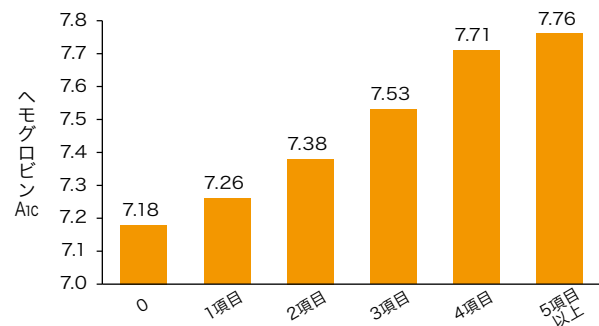
6 睡眠時間が短すぎたり、長すぎたりしていませんか？



7 タバコを吸っていませんか？



当てはまる項目が多いほど、コントロールが悪くなります。



ご協力ありがとうございます