

9月7日、ふさの会主催の講演会『古くて新しい食事療法』が行われました。院長の講演のあと1型糖尿病患者様が自らのCGM(持続血糖測定)の結果を振り返りながら、カーボカウントを用いた食事療法の工夫を話して下さいました。またメタボリック症候群の患者様は20kgの減量に成功した体験談をお話し下さいました。講演会のあと『うそほんとカード』を用いて意見を出し合い大いに交流することが出来ました。総勢35名の参加で盛会のうちに終了しました。(講演会の模様は動画で見られるよう準備しているところです。)



以下に参加者の感想の一部を掲載します。

- ・クリニック及びふさの会のこの先におおいに明るさを感じた講演会でした (会長)
- ・食事療法の基本を患者さんの体験を踏まえて理解出来ました。1回1回の食事を大切にしていきたい。次回は『糖尿病と8つの合併症について』をお願いします。
- ・本日は食べる時間によって体重を下げる事を学びました。糖尿病の最近の本を買いたいと思います。
- ・今日はよくおはなし出来たかどうか、部屋も明るくて学習会も楽しく出来て素晴らしいと思います。“若い”, “生まれたて”(良い意味で)の感がある患者会です。ご発展を祈ります。
- ・参加型で非常に理解しやすい内容でした。やはり炭水化物抜きは非常に良いダイエットと思われがちですが体に良くないダイエットと改めて認識致しました。
- ・カーボという考えが計算しやすく興味を持った。24時間血糖測定を2型の人もやってみると参考になると思う。ダイエットの話は素晴らしかったが、私には実行不可能な感じなので、自分なりの方法を考えたい。(副会長)