

糖尿病重症化予防血糖センサープログラム

プログラムについて

血糖センサープログラム

血糖センサーを用いた2週間の血糖トレンドの可視化を行い、
生活習慣と血糖トレンドを確認

→自分にあった血糖コントロール方法を探索し、生活習慣改善につなげます。
また、把握しにくい**塩分摂取量**は、食塩摂取量検査(尿検査)を実施して
食生活改善につなげます

※必要に応じて専門医のご紹介も致しております

血糖24時間センサー

CAReNA CAReNA



血糖トレンドと塩分摂取量検査で気になるポイントを確認してみましょう！！



オンライン面談



※オンライン面談は、ご希望に応じて実施致します。
面談なしでもご参加可能です。

血糖24時間センサー



- ・血糖センサー・・・24時間2週間測定・・・レポート報告
- ・塩分検定実施(1回目)・・・何も気をつけていない時の塩分はどのくらい
- ・塩分検定実施(2回目)・・・食事内容気を付けたときの塩分量は

【1か月後】

- ・**状況確認・アドバイス**(メールor電話)

【2か月後】

- ・**状況確認・アドバイス**(メールor電話)

【3か月後】

- ・**最終状況確認・最終アドバイス**(メールor電話)



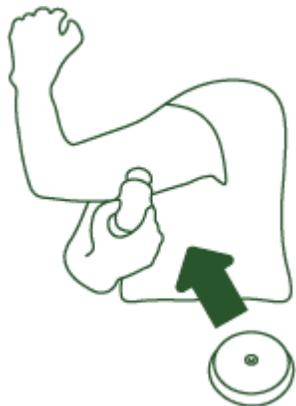
あなたの「血糖トレンド」を見える化する
グルケット **GluKetto**

Step

1

センサー装着

- ・採血不要
- ・最長14日間測定が可能



Step

2

アプリで入力

- ・起床/就寝時刻
- ・食事内容/食事時刻
- ・活動内容/活動時刻



Step

3

レポート確認

- ・アプリのメッセージに通知
- ・面談スタッフと共有



GluKettoは1日を通じて変動する**血糖の変動**(血糖トレンド)と**日々の活動**(食事・睡眠・運動)との**相関を可視化**(レポート)し血糖への理解と行動変容を促します

あなたの「血糖トレンド」を見える化する

グルケット **GluKetto**

血糖24時間センサー

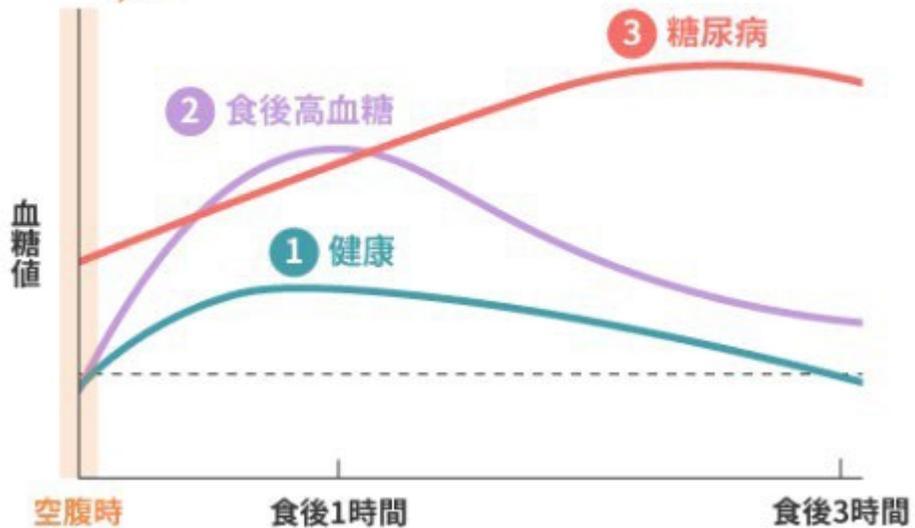
× **アプリ**



→ **血糖の見える化**

→自分にあった血糖コントロール方法を探索し、生活習慣改善につなげます。

空腹時血糖値では食後高血糖がわからない！



一般的に、健康な人の血糖値は食後1時間がピークで食後3時間くらいで元に戻ります(①健康)。食後の血糖値だけが急激に上昇する「食後高血糖」の状態(②食後高血糖)を放置しておくと、やがて空腹時血糖値も高くなり、糖尿病(③糖尿病)へと進行します。

リアルタイムで血糖の動きが見える

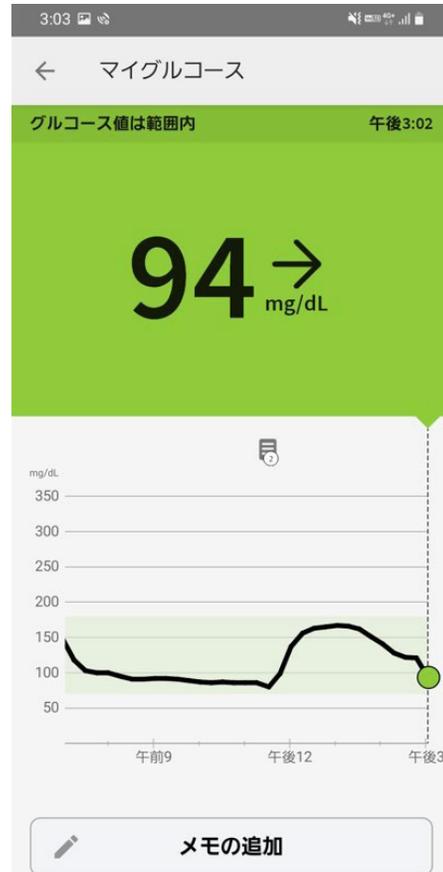
→食後に血糖値がどのくらい上昇しているのか、
食べたものや活動内容によってどのように変動するのか

「血糖トレンド」を見える化する

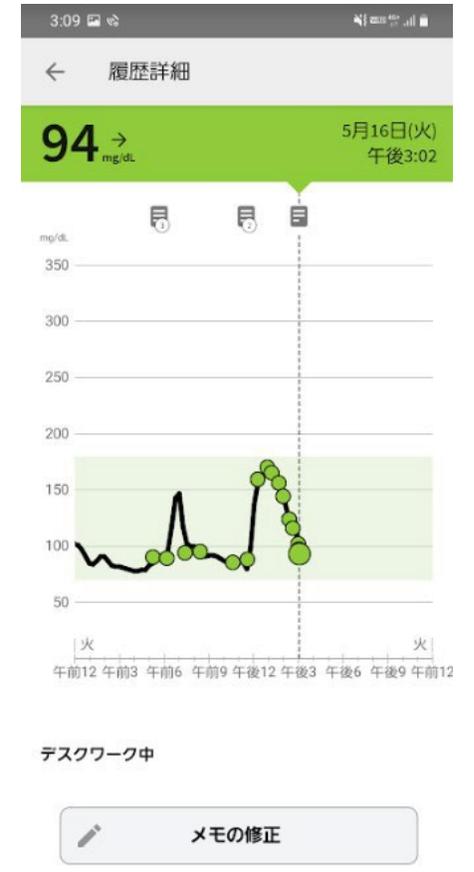
アプリで測定記録



スキャンは8時間以上開けないようにしましょう



測定後メモの追加で記録を残す。
食事、運動、インスリン注射
お薬の服用や気づいたことなどコメントに残しましょう



記入忘れは履歴詳細から修正することができます

生活の記録

menu CAReNA

歩数
2551 歩
目標 0歩

今日の入力状況

睡眠記録
00:00-05:00

食事記録
11:31

活動記録
07:09

今日の気分
😊 良好 😐 普通 😞 不調

血圧
--- mmHg

脈拍
--- bpm

体重
--- Kg

体脂肪
--- %

体温

menu 睡眠記録

昨夜就寝時刻 2023/05/15 23:00
起床時刻 2023/05/16 06:00

睡眠時間
07時間00分

登録 キャンセル

menu 食事記録

コメント
(100文字以内)
炭水化物(米、パン、麺類)の量はなるべく詳しく入力してください。

炊き込みご飯、レタスと水菜のスープ、玉ねぎスライス、そら豆、小豆、ブラックコーヒー
(41/100)

添付ファイル
1度の食事で4枚までの写真をアップロード可能です。

menu 活動記録

活動開始時刻*
2023/05/13 07:05

活動時間
活動時間を選択してください。
1時間

活動記録*
具体的な内容を入力してください。
(50文字以内)
ウォーキング

睡眠や活動の記録をしていきます
食事は写真だけ取っておいて
後で入力もOKです。

運動だけでなく、通勤や歩いた時間やタイミングなどもつけておきましょう

※活動以外、体重や血圧など記録することもできます
※レポートでは生活の記録とリブレアプリの記録がリンクします

あなたの「血糖トレンド」を見える化する
 グルケット **GluKetto**

結果レポートで 見える4つのこと

① 14日間の
 血糖トレンドが見える



利用期間中の最高・最低・平均値・
 日々の最高・最低値をグラフ表示

② 食事ごとの
 血糖トレンドが見える

食事開始時点から3時間を切り取り、
 食事ごとの上昇幅などを表示

食事開始時刻	食事内容
2019/5/2 07:40 (10分)	トースト
2019/5/2 07:40 (10分)	スープ、野菜から 食後にコーヒー(ブラック)
2019/5/2 12:10 (30分)	チキン南蛮
2019/5/3 00:45 (1時間)	餃子、ビール
2019/5/3 00:45 (1時間)	ごはんおかわり 食後にコーヒー 野菜から食べた トマト残した

食事開始時刻	最高値	最低値	平均値	時間	上昇幅	面積
2019/5/2 07:40 (10分)	142	93	115.8	3:00	49	4104

あなたの「血糖トレンド」を見える化する
 グルケット **GluKetto**

結果レポートで **見える4つのこと**

③ **生活習慣**

と血糖トレンドの関係が見える

日々の最高・最低・平均値、
 食事・活動記録、起床・就寝時刻の表示



④ **気を付けるべき**

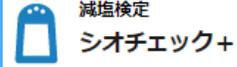
食事が見える

利用期間中で上昇幅が大きかった順
 にランキング表示



あなたの「塩分摂取量」を**見える化**する

減塩検定



減塩検定シオチェック+では、ご自身の尿から「**推定食塩摂取量**」「**推定カリウム摂取量**」「**ナトカリ比(Na/K比)**」を測定し算出しています。つい食塩を摂りすぎてしまうポイントを見つけ、普段の食生活の振り返りにお役だていただけます。



普段、ご自分が摂取している食塩量をご存じですか？



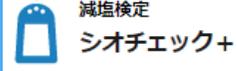
それを知ることができるのが、**減塩検査「シオチェック+」**です。

＜キット内容物＞

1. 減塩検査シオチェック+について
2. 検査の手順
3. 採尿キット
4. 返送用封筒

あなたの「塩分摂取量」を**見える化**する

減塩検定



Step
1

採尿→郵送



- ・いつもの食事でどのくらい
- ・減塩したらどのくらい
- ★うれしい2回チェックで効果を実感

①カラダのものさしマイページにログイン
検査申込のボタンをクリック



②採尿して
ビニール袋へ保管



③返送用封筒に入れて
ポストへ投函



Step
2

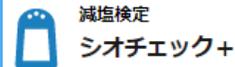
アプリでチェック



- ・検査結果はアプリで確認
- ・注目すべきは
「推定食塩摂取量」
「推定カリウム摂取量」
「ナトカリ比 (Na/K比)」

あなたの「塩分摂取量」を見える化する

減塩検定



Step
3

検査でわかること

- あなたの塩分摂取量はどのくらい
- 普段の食生活にフィードバック

▼結果表イメージ

