

苗栗縣政府衛生局新聞稿

響應世界糖尿病日 邀您共下膠檢查！

發稿日期：中華民國 108 年 11 月 09 日
發稿機構：苗栗縣政府衛生局 保健科
聯絡人及電話：科長 廖秀慧 037-558500
技士 許之薰 037-558520

2018 年糖尿病佔國人十大死因第五名，苗栗縣則高居十大死因第四名，糖尿病的防治及糖尿病患者的照護為本縣預防保健上一大議題，每年的 11 月 14 日為「世界糖尿病日」。2018-2019 年的宣傳主題為「家庭與糖尿病」，主要傳遞的訊息為：提高罹患糖尿病對家庭所造成的影響之意識，以及鼓勵家庭在管理、照護、預防及教育糖尿病病患中扮演積極的角色。在現實生活中，每二人中就有一人未被診斷出罹患第 2 型糖尿病；每個家庭都有可能由家庭成員罹患糖尿病，為響應世界糖尿病日，本縣與國際獅子會台灣省第五聯合會(300-GI 區)合作於本縣辦理糖尿病患者血糖檢測活動(活動表如附件)，鼓勵民眾接受糖尿病篩檢，盡早發現、盡早接受治療，將能降低或延緩糖尿病管理不當所引起的併發症，如心血管疾病、中風、腎衰竭與截肢等。

糖尿病友「控糖五方」包括體重控制、規律運動、規律服藥、健康飲食與血糖自我監測。80%此類型的糖尿病是可藉由規律的運動、均衡營養的飲食及健康的生活型態預防，因此如能從每個家庭開始，特別是針對有家族史的家庭，提供相關知識、資源及環境，幫助瞭解如何降低罹患糖尿病的危險因子，鼓勵家庭成員遵循健康生活型態，將有助於預防罹患第 2 型糖尿病。

苗栗縣政府衛生局張蕊仙局長表示，民眾可透過 40-64 歲每三年一次或 65 歲以上每年一次成人預防保健服務，進行血壓、血糖及血脂等量測與篩檢，並針對血糖異常者追蹤轉介，以早期介入，讓異常個案之病情得以控制，進而延緩糖尿病及其併發症的發生。其實預防糖尿病最簡單的方式就是積極改變生活習慣，平時一定要做好血糖、血壓及膽固醇的控制，注意均衡飲食及規律的運動，遵從醫囑，才能控制疾病、預防併發症，並且獲得良好的生活品質。

《苗栗縣政府衛生局 關心您》

108年11月14日-世界糖尿病日-糖尿病檢驗活動據點

| 承辦單位 | 承辦人 | 聯絡電話 | 活動地點 | 時間 | 地址 |
|------|-----|-------------|----------|-----------------|----------------------|
| 苑裡鎮 | 邱慧真 | 037-869595 | 苑裡鎮衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣苑裡鎮客庄里公民街16號 |
| 通霄鎮 | 邱顛文 | 037-752048 | 通霄鎮衛生所 | 08 : 00-10 : 00 | 苗栗縣通霄鎮通東里中正路9-6號 |
| 竹南鎮 | 江慧如 | 037-470152 | 竹南鎮衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣竹南鎮大營路209號 |
| 頭份市 | 劉建廷 | 037-663049 | 頭份市衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣頭份市頭份里顯會路72號 |
| 後龍鎮 | 林琬晴 | 037-722008 | 後龍鎮衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣後龍鎮大庄里光華路371號 |
| 卓蘭鎮 | 劉嫻君 | 04-25892027 | 卓蘭雙鳳宮 | 10:00 | 苗栗縣卓蘭鎮坪林里雙連106-1號 |
| 大湖鄉 | 黃淑華 | 037-991034 | 大湖鄉衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣大湖鄉明湖村中原路87號 |
| 公館鄉 | 沈美琴 | 037-224732 | 公館仁安活動中心 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣公館鄉仁安村9鄰仁安118之20號 |
| 銅鑼鄉 | 蘇惠晨 | 037-981006 | 銅鑼鄉衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣銅鑼鄉新興路81號 |
| 西湖鄉 | 林祐琴 | 037-921211 | 西湖鄉衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣西湖鄉龍洞村1鄰龍洞16號 |
| 造橋鄉 | 湯佩君 | 037-542755 | 造橋鄉衛生所 | 09 : 00-11 : 00 | 苗栗縣造橋鄉造橋村14鄰8-2號 |