

관절염

라티스 질환
류마티즘이
절 및 그 주
염증이 일어
근골격계에
생기는 질
로 약 100여
병이 있다.
라티스 질환은
의 고령화와
이지만 일반
않고 잘못 전

아프면

절통이지만,
염은 아니다.
에 문제가 있
수 있는 것
문제가 있는
끼기도 한다.
티스 질환의
있다. 관절이
, 관절을 누
직압이 제한
함께 나타나
능성이 높다.
되면 반드시
한 진단과 적
손상을 예방

혈액검사
다?

요한 혈액검
체, 혈청 요
이러한 검사
에 더 중요하

미국 류마
1)을 이용하
지 이상 만족
속하는 경우
따라서, 흔히
에서 류마티
티스 관절염
이 있어야만
아니다. 류마
도 진단을 내
티스 인자가
이 아닐 수

기 붓고 심
지 않으면 다
결석, 신장기
고기를 많
청요산이 올

라간다. 퇴행성 관절염의 경우 초기에는
무릎, 고관절이나 손가락의 끝마디에 경
한 통증으로 시작되고 관절을 사용할수
록 통증이 심해지며, 혈액검사는 정상인
경우가 많고 X선 사진에서 퇴행성 변화
가 보인다.

관절염의 치료 - 뼈주사를 맞으면
관절이 녹는다?

일반적으로 관절염을 치료하는 방법은
첫째, 약물치료, 둘째, 운동을 포함한 물
리치료, 셋째, 수술적 치료 등이 있다.
치료 약물 중에서 심한 관절염에서 염증
을 가라앉히기 위해 사용하는 부신피질
호르몬은 효과가 빠르고 좋지만, 뼈를
약하게 하고 감염의 위험성을 높이고 체
중을 올리고 고혈압이나 당뇨를 유발하
는 등 여러 가지 부작용이 많아 반드시
의사의 지시에 따라 복용해야 한다. 그
런데, 보통 뼈주사라고 하는 것은 관절
염이 심한 1-2개의 관절에 소량의 부신
피질호르몬을 국소 주사하는 것이다. 같
은 관절이라도 4개월 이상의 간격을 두
고 관절주사를 하면 효과가 좋고 비교적
안전하다.

관절염과 운동 - 관절염이 있으면
관절을 아껴야 하므로 쉬어야 한다?

급성 관절염이 있을 때는, 우선 휴식
하도록 하고 심한 운동은 피한다. 하지
만, 운동을 전혀 하지 않으면 관절이 굳
어지고 근육이 위축된다. 따라서, 관절염
이 있더라도 적절한 운동은 반드시 필요
하다. 급성기에 가장 좋은 운동은 관절
을 최대한 구부렸다 펴는 운동인데, 운
동을 할 때는 천천히 부드럽게 시작하여
운동량을 조금씩 늘이되 2시간 이상 통
증이 지속되면 운동 강도와 횟수를 줄여
야 한다. 수영과 물 속 걷기, 물장구치기
등의 수중체조는 관절염에 좋은 운동이
며 무릎 관절염이 있으면 자전거 타기도
좋다.

관절염과 음식 - 관절염에는 고양이
고기가 특효약이다?

관절염환자에서 효과가 입증된 식이요
법은 아직 없으나 일반적으로 육류는 줄
이고 가능한 한 살코기만 먹고, 생선을
많이 섭취하며, 저지방우유, 과일, 야채
를 먹고, 지방이나 설탕이 적은 식품을
먹을 것을 권한다. 특히 부신피질 호르
몬을 의사의 지시 없이 장기간 사용하거
나, 효과가 인정되지 않은 약물 또는 민
간요법(고양이 고기 등)에 의존하다가
치료의 시기를 놓치지 않도록 해야 한
다.

합니다."

당뇨병이란 무엇인가?

당뇨병은 정상이상으로 높은 상태를 말하며, 체장에서 분비하는 인슐린으로 인하여 발병하는 만성대사질환이다. 당뇨병이 무서운 이유는 만성적으로 고혈당에 담여 나오는 것에 그치지 않고 뇌졸중, 관상동맥질환, 만성신장질환, 발의 궤양 및 망막질환 등 위험을 줄 수 있다.

당뇨병의 진단

당뇨병은 증상이 다양하며, 초기에는 증상이 전혀 없을 수 있으므로 증상을 주의하여 검사하여 정상 또는 당뇨병 여부를 확인할 필요가 있다.

공복혈당이 110mg, 식후 2시간 혈당이 140mg 이상일 때
공복혈당이 126mg, 식후 2시간 혈당이 200mg 이상일 때

당뇨병 관리

당뇨병환자는 약 500만 명에 이르며, 매년 수만 명씩 증가추세에 있다. 당뇨병에 대한 사회적 인식이 달라져야 하며, 식생활에 유의하여 예방하고 혈당관리를 잘 해야 한다.



< 제품보증 및 A/S >

- 제품불량시 새제품으로 교환해 드립니다.
- 사용상 불편시 고객센터로 연락해 주십시오.
- 경우 회원을 위한 특별할인 무료배송

정가: 70,000원 ->특별할인가: 50,000원

(혈당측정결과)

정 상	공복혈당이 110mg, 식후 2시간 혈당이 140mg 이하일 때
당뇨병	공복혈당이 126mg, 식후 2시간 혈당이 200mg 이상일 때

■ 당뇨병관리

현재 우리나라 당뇨병환자는 약 500만 명에 이르며, 매년 수만 명씩 증가 추세다. 따라서 당뇨병에 대한 사회적 인식이 달라져야 하며, 식생활에 유의 하고 운동을 열심히 하여 비만을 예방하고 혈당관리를 잘 해야 한다.

(주)씨오 타이틀 KMS
SEO TITLE KMS, INC.

서울시 강남구 역삼동 635-5 지오빌딩 고객센터: 02)567-9919

결과

6,0(1346"E) 2008.6.23 10:48 AM 1(2,2)

공복혈당이 110mg 식후 2시간 혈당이 140mg 이하일 때
공복혈당이 126mg 식후 2시간 혈당이 200mg 이상일 때

당뇨병관리

당뇨병환자는 약 500만 명에 이르며, 매년 수만 명씩 증가추세에 있어 당뇨병에 대한 사회적 인식이 달라져야 하며, 생활습관에 유의하여 예방하고 혈당관리를 잘 해야 한다.