



# NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

## MANO a MANO

“mano a mano”とはスペイン語で“手から手へ”という意味です



### 「来し方行く末

～専門医更新の症例報告を作成しながら思うこと～

### 当会理事

東京都立多摩総合医療センター 西田 賢司 [医師]

これを皆さんが読むのは9月となるわけですが書いているのは8月上旬という、書くのと読むのとの間には季節の違いはいつでもあるものです。それにしても、9月になれば少しは涼しくなっている(なっていて欲しい)と思う暑さが続いています。皆さんや患者さんが熱中症にならなければ良いがなどと心配する今日のごろです。

さて個人的なことになりますが、来年は糖尿病専門医の更新の年で、つい先日まで書類の準備・発送に追われていました。その中で20症例の症例報告というのがあり、これが意外と大変です。

まずは診ている大勢の患者さんの中から20症例を選ぶわけですが、そこでまずどの患者さんを選ぶかで考えてしまいます。あれこれ考えて、この人を入れようか、いやこの人にしようかなどと一人一人の顔を思い浮かべながら20症例に絞り込んでいきます。また、書くスペースは1症例あたりA4の半分で大したことはないように見えますが、それぞれを決まったフォーマットに書いていると、意外と「ここはどうだったか」とカルテでも確認に苦労する箇所があったりします。当院に勤務してから20年目、長い付き合いの患者さんもかなり多くなりました。そのような患者さんだと、2003年に導入した電子カルテの記載の確認だけでは足りず、自作の患者データベースを頼ったり、時には病歴係に依頼して昔の紙カルテを取り出してみたりで、結構時間のかかる作業です。そして、まとめを書く欄では過去を振り返りながら「ああ、この患者さんにはこんなことがあったな」などと思い起こすことも多く、ふだんは診療に追われてしまい忘れてしまっていることが多いことをあらためて気が付かせてくれます。また、治療法について、当時はあれしかなかった、内服もほとんど選択の余地がないところから、どんどん種類が増えて、現在は選択に迷うほどになるなど、あらためてその進歩は目覚ましいものがあると感じます。皆さんも専門医や療養指導士の更新時に症例レポートを書くことがあるかと思いますが、いかがでしょうか？

さて、昨年は新しいSGLT2阻害薬が多数発売された年でしたが、今年前半はあまり大きな動きは無いように見えます。しかし、耳に入ってくるころでは、いよいよインスリンにもジェネリックが出てくるようですし、持効型インスリンの改良型も出てきます。一方、GLP-1では2種類目の週1回製剤が登場してDPP-4阻害薬の週1回製剤とともに今後「週1回」が流行るのかもしれませんが。またリアルタイムCGM連動インスリンポンプも使用が始まり、膵島再生の研究も進んでいるようで、まだまだ糖尿病の治療は進化しそうです。来年、再来年、そして20年後にはどのような糖尿病治療が行われるようになっていくのか、楽しみでも有ります。



読んで  
単位を  
獲得しよう

西東京糖尿病療養指導士(LCDE)は、更新のために5年間において50単位を取得する必要があります。当会会員は、会報「MANO a MANO」の本問題及び解答を読解された事を自己研修と見做し、**1年につき2単位**(5年間で10単位)を獲得できます。毎月、自分の知識を見直し、日々の療養指導にお役立てください。  
(「問題」は、過去のLCDE認定試験に出題されたものより選出しております。)

**問題** 学齢期(1型糖尿病)のインスリン・SMBGについて、正しいのはどれか、2つ選べ。(答えは3ページにあります。)

1. 小学校入学前までには必ず自己血糖測定(SMBG)を覚える。
2. 遠足や運動会など、運動量が変わる時でもインスリン注射量は変更せず捕食で対応する。
3. 修学旅行の場合、スケジュールの確認をしてインスリン注射量や時間の設定、SMBGなどの準備を行う。
4. クラブ活動では、インスリン注射と食事の時間を変えないために早退を認めてもらう。
5. 使用しているインスリンの作用時間と生活から低血糖が発生しやすい時間を予測する。

## 研究会等の実施報告

## 第28回 武蔵野糖尿病研修会

平成27年5月16日(土)  
武蔵野プレისフォーラム

平成27年5月16日(土) 武蔵野プレისフォーラムにて『第28回武蔵野糖尿病研究会』が開催された。当日は医師、薬剤師、栄養士、看護師など56名が参加。一般講演は武蔵野赤十字病院 内分泌代謝科 部長 杉山徹先生、特別講演は東京医科歯科大学 腎臓内科学 内田信一先生にご講演いただいた。ご講演内容は下記のとおりである。

## 【一般演題】『当院における糖尿病透析予防指導の現状と課題』 武蔵野赤十字病院 内分泌代謝科 杉山徹先生

《要約》 糖尿病の管理を十分に行わないまま放置すると、腎機能が低下してくる(糖尿病性腎症)。糖尿病透析予防指導では、糖尿病のある方の腎機能の低下を早期に発見し、腎機能の低下と透析導入を予防するために、専任医師、看護師、保健師、糖尿病療養指導士、管理栄養士などによる糖尿病透析予防診療チームが治療のサポートが重要であり、当院における現状と課題を本研究会にて自験例を踏まえて検討し報告をおこなった。



## 【特別講演】『慢性腎臓病診療の現状と課題』 東京医科歯科大学 腎臓内科学 内田信一先生

《要約》 日本は超高齢社会をむかえており、慢性腎臓病患者(CKD)さんも高齢化し、高齢での透析導入が増加している。糖尿病は透析導入の原疾患として大きな割合を占めている。我々は最近CKD-ROUTE研究というCKD新患者さんの観察研究を行っており、現代の大都市圏におけるCKD患者像というものが浮き彫りになってきた。このデータを踏まえて、CKD診療の現状と課題を考え報告をおこなった。



## 当会の事業・委員会活動のご紹介

### - 『TAMA生活習慣病フォーラム』の活動 -



当会理事 TAMA生活習慣病フォーラム代表  
かたやま内科クリニック

片山 隆司 [医師]

TAMA生活習慣病フォーラムは、糖尿病を中心に生活習慣全般とその先にある合併症対策・管理について、医師・コメディカルの方々が多く理解し合えることを目的として発足した会です。

これまで、糖尿病の食事・運動・最新薬物療法はもとより、低血糖対策、フットケア、高齢者医療(認知症予防・在宅ケア等)、眼科・歯科等他科との連携、肥満の行動修正療法～外科治療、脳卒中对策や心臓リハビリ等をテーマに、第一線で活躍中の演者を招聘し、年2回のペースで開催して参りました。座講あり、パネルディスカッションあり、ワークショップあり、実技ありと毎回趣向を変え、その時期に最もHOTな話題を取り上げてきました。第18回をむかえる次回も「フレイル、癌、腸内細菌」の3つのテーマに焦点をあて「知って得する最新トピックス」を提供いたします。

毎回、西東京の広い地域から100名前後の参加者があり、後のアンケートでも高い満足度と100%近いリピート希望をいただけていることは主催者として大変励みであり、常に身の引きしめる思いで会の企画をしております。今後も、生活習慣病に関わる各職種の方々の医療連携・チーム医療の拡充に貢献できるよう活動して参る所存です。多くの方々のご参加をお待ちしております。

## 連載コラム

テーマ

## 「妊娠糖尿病について」～全3回～ 第3回

当会会員 東京都立多摩総合医療センター

櫻田 麻耶 [医師]

産後は再び75gブドウ糖負荷試験をうけ、耐糖能障害が治っているかどうか評価します。当院では、利便性を考え、産科の1か月検診と合わせて行うことが多いです。なんと約26%の方が、産後も耐糖能障害が残存していました。

妊娠糖尿病になった方は、妊娠糖尿病のなかった人に比べ、約7倍の高頻度で糖尿病になる可能性があります。出産後も定期的な検診が必要なため、産後はかかりつけ医に紹介状をお渡ししています。

当院で、妊娠糖尿病を診療し、無事に出産に至った方に対して、産後にアンケート調査を行いました。妊娠糖尿病が糖尿病のリスクであることは約9割が認識しているも、産後も定期的な内科通院が必要なことを理解しているのは約7割、実際に受診しているのは約3割程度でした。自由意見から、そもそも産後の内科受診の必要性が理解できていない、子供が小さく世話を時間がとられてしまう現実、費用負担の問題などが浮き彫りとなりました。とはいえ、多くの方は、次の妊娠も成立しえる時期でもあります。今後は妊娠中の限られた期間の内科診療の中で、妊娠糖尿病のきちんとした知識をいかに妊婦さんにお伝えしていけるか、また日々の診療で考えていこうと思います。

## 研究会等のセミナー・イベント情報

 直接事業
  間接事業
  その他

 第16回(平成27年度) 西東京糖尿病療養指導士養成講座

 申込必要

開催期間：平成27年9月4日(金) 第1講開講 以降12月8日(火) まで計13回実施

時間：19:00～21:00(開場18:30)

会場：立川市女性総合センターアイム 1階ホール(JR「立川駅」北口徒歩7分)

講義内容：「糖尿病療養指導ガイドブック 2015」に沿っておこなう

受講料：14,000円

講義日程： 9月 / 4日(金) 9日(水) 15日(火) 30日(水)

10月 / 7日(水) 14日(水) 20日(火) 26日(月)

11月 / 5日(木) 13日(金) 20日(金) 24日(火)

12月 / 8日(火)

予備日：12月3日(木)

※休講等、不測の事態に備えた補講日

定員：190名(定員に達し次第締切)

受講資格：糖尿病療養指導に1年以上携わった経験のある方(自己申告で可)で且つ、当会の正会員となる方

テキスト：日本糖尿病療養指導士認定機構 編

「糖尿病療養指導ガイドブック 2015」を使用します。当日までに各自ご用意ください。

(日本糖尿病療養指導士認定機構発行、(株)メディカルレビュー社発売 3,024円)

書店にご注文頂くか、インターネット(Amazon, 楽天ブックスなど)で購入できます。

申込方法：当会ホームページの会員マイページよりお申込みください。

申込方法を含む詳細内容はトップページ「**重要なお知らせ**」並びに「**新着情報**」よりご案内しております。

※受講料のお支払いをもって申込完了となり受講資格を得られます。会員マイページ内の「西東京糖尿病療養指導士養成講座を希望される方」の「お支払いはこちらから」をクリックし、Web決済サイトにて受講料をお支払いください。

**【聴講制度のご案内】** 聴講制度によりLCDE認定者も受講可能です。(但し、未認定者を優先します。)養成講座を受講されると40単位を上限とし、1講義出席につき4単位取得できます。**8/27(木)より受付を開始します。**会員マイページ内の聴講制度に関する掲示の「お支払いはこちらから」をクリックし、Web決済サイトにて受講料をお支払いください。

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：1講義につき4単位

※詳細は同封の資料をご覧ください。

 第16回 糖尿病予防講演会

 申込不要

テーマ：『正しい知識があなたの未来を明るく変える』

開催日：平成27年9月26日(土) 14:00～17:35

場所：ルミエール府中 コンベンションホール飛鳥(京王線「府中駅」北口徒歩6分)

参加費：無料(どなたでも参加出来ます。)

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

★日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第2群>：1単位

※詳細は同封の資料をご覧ください。

 第19回 TAMA生活習慣病フォーラム

 申込必要

テーマ：『これが話題の糖尿病最新治療 ～他では聞けないトピックスを集めました～』

開催日：平成27年10月3日(土) 17:00～19:30

場所：調布市文化会館たづくり 12階 大会議場(京王線「調布駅」南口徒歩3分)

参加費：500円

申込み：同封のお申込み用紙にて、FAXでお申込みください。(締切：9月25日(金))

FAX：042-362-1602(宛先：ノボ ノルディスク ファーマ(株) 小澤 / 問合せ：042-362-1601)

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

★日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第2群>：0.5単位申請中

※詳細は同封の資料をご覧ください。

読んで  
単位を  
獲得しよう

**答え 3, 5** 下記の解説をよく読みましょう。(問題は1ページにあります。)

**解説** 1. × インスリン自己注射やSMBGの主義習得は必ずしも小学校入学前に覚えなくてはならないわけではない。小学校高学年の指導目標として、自身による自己管理が主体となりSMBGやインスリン自己注射ができるようにする。

2. × スケジュールを事前に確認し運動量を予測して補食を準備する、また運動量によってインスリン注射量の調整を考慮する場合もある。自己の生活に応じて変更すべきである。

4. × クラブ活動の参加は原則として禁止する必要はなく、むしろ積極的に参加を奨励し、主体的で目標をもった活動を奨励する。食事時間を考慮した指示を医師と相談して設定する。

## 研究会等のセミナー・イベント情報

 直接事業
  間接事業
  その他

 西東京CSII普及啓発プロジェクト 第7回 研修会

 申込必要

開催日：平成27年10月6日（火）19：25～21：05

場所：国分寺労政会館 4階 第4会議室（JR・西武線「国分寺駅」南口徒歩5分）

参加費：無料

申込み：当会ホームページの申込みフォームよりお申込みください。（締切：9月30日（水））

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位 ※詳細内容が決まり次第、当会ホームページでお知らせします。

 NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会 企画委員会主催 第10回 学術講演会

 申込必要

開催日：平成27年10月10日（土）18：00～20：00

場所：国分寺労政会館 地下1階 第1会議室（JR・西武線「国分寺駅」南口徒歩5分）

参加費：無料

申込み：当会ホームページの申込みフォームよりお申込みください。（締切：9月30日（水））

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位

★日本医師会生涯教育制度（カリキュラムコード：10・73・76・82）：申請中

★日糖協療養指導医取得のための講習会：申請中

※詳細は同封の資料をご覧ください。

 第16回 西東京EBMをめざす糖尿病薬物治療研究会

 申込必要

テーマ：『高齢糖尿病患者をどう診ていくか？』

開催日：平成27年10月24日（土）15：00～17：55

場所：アレアレア2 6階 アレアホール（JR「立川駅」南口徒歩3分）

参加費：医師 1,000円 / 医師以外 無料

申込み：同封のお申込み用紙にて、FAXでお申込みください。（締切：10月16日（金））

FAX：042-367-2958（宛先：サノフィ(株) 金井 / 問合せ：080-6627-7437）

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

★日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第2群＞：0.5単位申請中

★日本医師会生涯教育制度（カリキュラムコード：6・10・13・15・76）：申請中

※詳細は同封の資料をご覧ください。

 NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会 第58回 例会

 申込不要

テーマ：『糖尿病 病態の評価と選択 -あなたなら、どうする?-』

開催日：平成27年10月31日（土）15：30～19：00

場所：国分寺Lホール（国分寺駅ビル8階）

参加費：当会会員 無料（※受付で会員証をご提示ください） / 一般 1,500円

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：7単位

★日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第2群＞：1単位申請中

★日糖協療養指導医取得のための講習会：申請中

※詳細は同封の資料をご覧ください。

 第20回 糖尿病療養担当者のためのセミナー

 申込必要

開催日：平成27年11月3日（火・祝）9：50～18：00

場所：東京経済大学 国分寺キャンパス 2号館（JR・西武線「国分寺駅」南口徒歩10分）

参加費：4,000円（弁当代含む）

申込み：同封のお申込み用紙にて、FAXでお申込みください。（締切：10月19日（月））

FAX：03-5574-9970（宛先：日本イーライリリー(株) 原 / 問合せ：03-5574-9100）

★西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：5単位

★日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第2群＞：2単位申請中

※詳細は同封の資料をご覧ください。

## 発行元

NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会 事務局

〒185-0012

国分寺市本町2-23-5 ラフィネ山No. 3-802

TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478

http://www.nishitokyo-dm.net

Email:w\_tokyo\_dm\_net@crest.ocn.ne.jp

## 編集後記



本号は東京で猛暑日が続いている中、皆様に原稿をお願いしました。糖尿病は多尿の症状が知られ、高浸透圧性症候群の合併症もあります。一方、糖尿病でナトリウム貯留から循環血液量が増えるとも言われています。意外に糖尿病の脱水症の頻度の検討は多くありません。しかし、利尿剤を使用している方は注意が必要です。長期投薬制限の解除されたSGLT2阻害薬は利尿作用があり、脱水症が増えたか、そろそろ結果がでる頃です。（広報委員 松下隆哉）