



# 臨床糖尿病支援ネットワーク 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

## 近況報告など

【当法人理事】

すみとも内分泌クリニック

住友 秀孝 [医師]

当方、昭和37年生まれ。昭和62年に兵庫医科大学を卒業、医師として31年目となりました。当初は小児科医になる熱い？希望を抱いて立川市にやってきた訳ですが、人生色々あるものです。現在は立川市で開業医になりました。

さて、2～3年前になるでしょうか、病棟回診のおり平成生まれの先生方に昭和最後あたりの糖尿病診療について話をしたところ、「生まれていないのでよく分かりません」と返事。頭の中では分かっていたつもりでも、ぐっときました。自分もそうでしたが病院医療の最前線は若い世代が担うものです。そんな折、当方が40才頃でしょうか、故近藤甲斐男先生(今もずっと多摩の親父さん)から、「先生、そろそろ開業するか？まだしないのか？早いほうがいいよ」と、お言葉を掛けて頂いた事を思い出しました。近藤先生のご開業は40才台後半。「おまえは年をとったら病院には向かないから、気力・体力があるうちに早く始めろ」と解釈をしていましたが、お言葉に導かれるように53才で開業、先生の後を追いかけています。

ここからは真面目な話を書きます。西東京臨床糖尿病研究会発会より32年、諸先輩方が全力で糖尿病診療の均てん化を目標に取り組んでこられました。しかし、高齢化と近年の社会状況変化のために糖尿病患者さんは増加の一途、いよいよ全国で1,000万人です。糖尿病腎症のために維持血液透析導入になる患者さんも、年間15,000人前後で推移し高止まりです。自分の持ち場で粛々と糖尿病診療を継続する事は当たり前ですが、もう一つ何が足りません。糖尿病発症の10年以上前より膵β細胞機能は一時的な高インスリン血症を呈する時期があっても徐々に低下してゆきます。この発症10年前に治療介入が必要なのですが、遺伝的背景と環境背景が異なる日本国民全員に介入する事は困難な状況です。糖尿病専門医を増やしても追いつきません。また専門医は、1型糖尿病患者さんと、インスリン・GLP1製剤を中心とした自己注射を必要とする2型糖尿病の患者さん、進行した糖尿病合併症をもつ患者さんの入院・外来診療で忙殺されています。ここは一番、糖尿病療養指導士の皆さんの活躍が期待されます。最後に、当法人企画委員会では、会員の皆様が、「こんな事できるといいな」を形にする事を業務としています。昨年、会員薬剤師の方より、逝去された糖尿病患者さんの残薬が自宅で多量に発見された問題について提起していただきプロジェクトが進行しています。皆様のお声かけをお待ちしております。

追加：フラッシュグルコースモニタリング(FGM)システム:FreeStyle Libreについても書くつもりでしたが字数オーバーです。SU薬を内服中の2型糖尿病患者さんの夜間低血糖症の有無確認、またインスリン導入を固持している患者さんに実施したいと思っていましたが残念な保険適応内容となっています。今後の推移を慎重に追う必要があります。

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年間に於いて50単位を取得する必要があります。本法人会員は、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、一部変更しております。)

**問題** 血糖コントロールの指標および尿検査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. グリコアルブミンは過去2週間の平均血糖値を反映する
2. グリコアルブミンは甲状腺機能亢進症では、平均血糖値と比べ異常高値を示す
3. 1,5-アンヒドログルシトール(1,5-AG)は食後高血糖を反映する
4. 1,5-アンヒドログルシトール(1,5-AG)の基準値は7.0 μg/ml未満である
5. 1,5-アンヒドログルシトール(1,5-AG)はSGLT2阻害薬内服者では、平均血糖値と比べ異常高値をとる



## 報告

## 第9回東京臨床糖尿病運動療法研究会

日時:平成29年8月1日(火)

場所:女性総合センターアイム

東京臨床糖尿病運動療法研究会は第9回を迎えた。今回は、法政大学スポーツ健康学部スポーツ健康学科教授木下訓光先生世話人のもとテーマを“運動療法の基礎から実臨床まで”とした。

特別講演は、首都大学東京人間健康科学研究科ヘルスプロモーションサイエンス学域教授藤井宣晴先生による『運動の健康効果を届ける使者、マイオカイン』と題し、前半は「運動が糖尿病を抑制する分子機序の解明から骨格筋を収縮させることで、糖取り込みが起こる。その効果はインスリンに匹敵する強力なものであり、その調節はインスリンの細胞内情報伝達を介さない独自の経路で行われる。」と講演頂いた。後半では、「筋収縮をトリガーに骨格筋から分泌された種々の生理活性因子(マイオカインmyo:kine:作動物質)が、血流を介して全身に運ばれ多様な生理作用を発揮。その存在が科学的に明確に証明できれば、骨格筋は健康を全身に届ける源の臓器という新たな概念を提唱できる可能性がある。」など、これまで取り組まれた基礎研究の成果を交えて講演を頂いた。

一般講演では、高村内科クリニック健康運動指導士小池日登美先生による『厳格な血糖コントロールをするあまり低血糖になっても危機感を持たない高齢な男性患者』と題し、前向きに運動や食事、薬物療法に取り組みHbA1cを6%台に保つ意識が強いあまり、血糖の値が低くとも自覚されない低血糖へのリスクを如何に認識して頂くか、その療養指導に取り組んだ経緯とともに会場へ参加された方々にも課題を投げかけ会場全体での講演を行って頂いた。小池先生の豊かな経験は、患者さんの心をも動かす療養指導であることに学ぶ要素が沢山あった。

## 報告

## 臨床糖尿病支援ネットワーク 第5回市民向け災害セミナー

日時:平成29年9月3日(日)

場所:武蔵野スイングホール

[当法人会員] 多摩センタークリニックみらい 菅原 加奈美 [看護師]

2017年9月3日武蔵野スイングホールにて第5回市民講座・サバイバルマニュアル第2版のご紹介～災害時の食事であわてない、非常食の使い方を知ろう～を開催しました。当日は42名の参加がありました。糖尿病災害対策委員会では2012年以來「糖尿病災害時サバイバルマニュアル」の普及、啓発活動を行ってきました。その間も日本各地で熊本地震等新たな災害が発生しました。それらの経験と様々なマニュアル使用後の皆さんのご意見を反映し、サバイバルマニュアル第2版を作成し、今回発行することができました。

第1部では新しくなったマニュアル紹介を多摩丘陵病院富永春郎管理栄養士よりとても分かりやすく御講演頂きました。第2部では非常食を知って食べて、備えようとして、東京医科大学八王子医療センター和田茜管理栄養士よりローリングストックのすすめの御講演がありました。



和田先生

富永先生



後半は非常食用備蓄の美味しい作り方の実演、保存食となる牛丼の素や筑前煮も配られ参加者は楽しく5種類の試食をしながら災害時の水分や食事の備え方、実際の活用方法を学びました。試食の中で安心米(5年保存可能)に野菜ジュース缶を混ぜる紹介があり「トマトリゾットのように美味、保存食とは思えない」と参加者からの感想も寄せられました。



食品を扱う講演会であった為、委員の管理栄養士は非常食提供の準備が大変でしたが、参加者は美味しく食べて災害時の食事についてのスキルについて学ぶ良い機会となったようでした。



## 日本糖尿病医療学学会

平成29年10月7日(土)～8日(日)

京都大学 百周年時計台記念館

[当法人会員]

高村内科クリニック

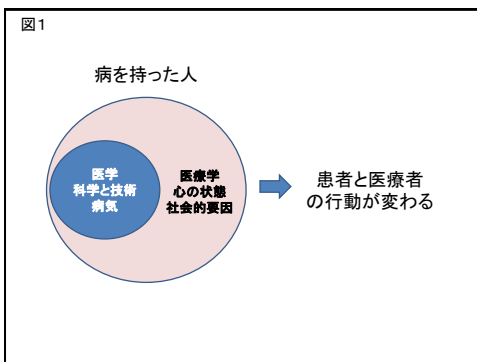
小池 日登美 [健康運動指導士]

10月だというのに夏のような日差しが照りつける中で、「医療学の深まりと広がり」というテーマで、第4回日本糖尿病医療学学会が京都大学百周年時計台記念館で行われました。この学会は、糖尿病を持つ人、その人たちをケアする人、ケアする人をケアする人らの心と行動に焦点をあてて糖尿病臨床医療を学ぼうというものです。

代表理事である石井均先生(奈良県立医科大学糖尿病講座)は患者と医療者との関係性の中の語りから信頼関係が生まれると述べており、医療学とは一人一人の心の状態や社会的要因を知り、人生という視点から患者を一生支えていくことと述べていました(図1)。この学会が他と違うところは、参加者が糖尿病治療における医学的問題と共に、糖尿病を持つ人の自己管理やこころの問題について、出された演題(症例)についてグループディスカッションをしていくことです。その方法は、たまたま座っている周りの初対面の人達と行うもので、様々な職種の意見が聞けて考え深いものとなります。話し合われた内容はその場で、演者に伝えられますが、感想をメモ書きしたものを廊下のボードに貼り付けていくという方法もとられており、参加者が感じたことを演者に伝えることができます。

すべてを聴講することはできませんでしたが、印象に残った症例について書きます。食事と運動を頑張っているにもかかわらず、血糖値に反映されない患者について、演者は患者さんに対して自己申告の食事と体重、血糖値に乖離がみられるが、間食をしていないという患者を信じたい。その反面、体重や血糖に反映されない状況で不安や行き詰まりの行動がないことに違和感があること。その場合、「理屈に合わない」と伝えることが正しいのかということを開きかけていました。会場からはコントロールが悪いことでのリスクをもう一度しっかりと説明することが大事ではないかという意見が出されていました。ここで、心理臨床家である皆藤章先生(京都大学)は、

医療者は、医学(科学と技術)から見るだけではなく、どんな患者さんだろうというところから見ていく事が大切であり、虚言をするには理由があること。医療者が「理屈に合っていない」と言ってしまうと患者を攻撃したことになる。糖尿病を抱えた人は医療者と係わるなかで人生の物語を生きる」とコメントされました。学会に参加して、医療者と患者側の思いの違いについての気づきと、会場で語られる言葉の一つ一つが深く心に響く2日間でした。



読んで  
単位を  
獲得しよう

答え 1, 3 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: ○
- 2: × GAは糖化されたアルブミンで半減期は21日である、甲状腺機能亢進症ではアルブミン代謝が亢進するためアルブミンが短期間で消失するので低値になる。
- 3: ○
- 4: × 1,5AGは尿糖共に排泄される食事由来の体内では利用できないポリオールで、基準値は $14.0 \mu\text{g}$ 以上である。
- 5: × 尿糖排泄が多くなるSGLT2阻害薬では尿中にブドウ糖とともに排泄され低値になる。



事務局からのお知らせ



事務局へのお問い合わせは当法人ホームページで常時受付しております。ご返信にはお時間をいただく場合がございますが、順次対応させていただきます。お急ぎの方は平日の10:00~12:00/13:00~16:00にお電話ください。よろしくお願いいたします。

《1月より、2018年度年会費納入が始まります》

2018年度の年会費納入が、1月5日より可能になります。会員継続される方は、ご自身のマイページにアクセスいただき、3月31日までにご納入をお願いします。



\*\*\* 2018年度年会費 \*\*\*

納入期間  
2018年1月5日~3月31日

金額  
3,000円

納入方法  
マイページの「年会費納入のお願い」より



お悩み解決

《マイページ Q&A》

Q.これまでに取得したLCDEの単位数の確認はできますか？

A.マイページの一番下の「LCDE情報」の「単位取得状況確認」より、確認ができます。これまでに参加したセミナー名、付与単位数、取得期限などが記載されておりますので、ご活用ください。

これまでに参加したセミナー

| 開催日程/セミナー名   | 付与単位数        |
|--|--------------|
| 2016/12/31 H28年度会報購読単位                             | 2 単位         |
| 2016/02/19 H27年度会報購読単位                             | 2 単位         |
| 2016/06/11 NPO法人西東京臨床糖尿病研究会 第59回例会                 | 7 単位         |
| 2016/07/03 第13回西東京病院栄養研修会 [平成28年度 西東京臨床糖尿病指導プログラム] | 10 単位        |
| 2015/03/02 H26年度会報購読単位                             | 2 単位         |
| <b>合計単位数</b>                                       | <b>23 単位</b> |
| LCDE更新まで、残り  | <b>27 単位</b> |

取得期限：2019年03月31日

研究会等のセミナー・イベント情報

主催事業
  共催・後援事業
  その他

◆西東京CDEの会 第16回症例検討会

申込必要

テーマ：『高齢糖尿病患者の在宅療養生活を考えよう』  
～医療と介護のシームレスな連携を検討しようPart4～

開催日：平成30年2月1日（木）19:00~21:00

場所：国分寺労政会館（JR中央線「国分寺駅」南口下車 徒歩5分）

参加費：当法人会員 700円 / 一般 1,000円

申込：当法人ホームページのイベント情報にある「申込みフォーム」よりお申込みください。（1/25締切）

☆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

詳細資料の  
同封あり

発行元

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク事務局  
〒185-0012  
国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山No.3-802  
TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478  
https://www.cad-net.jp/  
Email:w\_tokyo\_dm\_net@crest.ocn.ne.jp

編集後記



雨雨雨雨！雨と台風と続きました。気持ちのいい秋はどこにいってしまったのでしょうか。冬になってしまいましたよ。「散歩できませんでした」「運動できませんでした」「歩けませんでした」「成績悪いです」の声が多かったこと！日頃の練習を発揮しようとしていたマラソン大会が中止となり、がっかりしている患者さんもありました。新しい年もやります。また前を向いて歩きましょう。（広報委員 岡崎扶美恵）