



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

100年ライフ、ポッセ、
臨床糖尿病支援ネットワーク

[当法人業務執行理事]
医療法人社団桜一会 かの内科
菅野 一男 [医師]

聖路加国際大学 井部俊子名誉教授の看護のアジェンダは、週刊 医学界新聞が届くたびに最初に確認するのが習慣になっている。私に見えていない医療のポイントを提示してくれて刺激的なことが多いからだ。2017年10月23日の第3245号のテーマは‘長寿化の新しいステージ’。その中で、「2007年に生まれた日本人の子供の半数は107歳まで生きる」と、リンダ・グラッドンの著書「LIFE SHIFT」より引用している。これまでの、①教育、②仕事、③引退という3ステージのお決まりの人生から、私のような高齢者はともかくとして、人生設計を考え直さなければならない時代になっている。日野原先生ではないが、70歳代、80歳代まで働くということが増えているようだが、さらに、仕事を長期間中断したり、転身を重ねたりしながら、生涯を通じてさまざまなキャリアを経験するという選択肢が現実のものとなるだろう。不幸な長い人生を送るのではなく、長寿を恩恵にする方法はこれしかないとグラッドンは言い切っている。私は、大学の理学部を出てから、娘の小学校の入学と同じ日に、医学部に入りなおした。医学部に入った当初は大変だと感じるが多かったが、今振り返ってみると、得難い経験をしたと感じており、さまざまなキャリアを重ねることの意義を実感できる。

グラッドンはさらに、人工知能(AI)の進歩により、人間が太刀打ちできない知能を持つようになると指摘する。一般に、機械にはできないことがあり、それは、複雑な問題解決にかかわる能力(専門知識、機能的推論、コミュニケーション能力)と対人関係と状況適応能力であるとしているが、AIはこのような能力を獲得できないとは言い切れない。クラウド・ロボティクスやディープラーニングが急速に進歩すれば、人間が機械に対してもっている優位は失われかねないとグラッドンはしっかり補足している。トランスフォーマーなどのAIのかかわる映画を見てもこの点は肯定的に感じられる。

グラッドンによると、長寿のもたらす恩恵の重要な点は、目に見えないが人間の本質にかかわる無形の資産であるという。この中でもより重要なのは、相互の信頼で結ばれた、小規模な仕事仲間のネットワークである。互いに似たようなスキルと専門知識を持っていて、職業上の成長を支えあう。グラッドンはこのようなネットワークを「ポッセ」と呼んでいるらしい。同じ志を持つ仲間。この強力な職業上のネットワークのメンバーは信頼しあい、互いのコーチや支援者になり、人脈を紹介しあい、貴重な助言を送りあう。そこでふと思った。これは臨床糖尿病支援ネットワークの目指すところを的確に表していると思いませんか?「職業上の成長」といっているが、私には職業にとどまらず、人生の中での変化を支ええるような気がする。そんなコミュニティーを目指すのも、本法人の目標の一つとしていいのかもしれない。



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、一部改変しております。)

問題 日本人における糖尿病合併症に関し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. 糖尿病細小血管障害が増加している主な原因は1型糖尿病患者の増加による
2. 成人の失明原因の第1位は糖尿病網膜症である
3. 糖尿病腎症のため透析導入される患者数は年間約1600人である
4. 糖尿病患者の慢性合併症として最も多いのは糖尿病神経障害である
5. 糖尿病壊疽による足切断は非外傷性切断原因の第1位である



報告 第11回西東京糖尿病運動指導スキルアップセミナー

日時：平成29年9月10日(日)
場所：専門学校 社会医学技術学院

西東京糖尿病運動指導

[本法人会員] スキルアップセミナー世話人 高村内科クリニック 小池 日登美 [健康運動指導士]

9月10日(日)、東小金井にある社会医学技術学院の教室と体育館にて、『第11回西東京糖尿病運動指導スキルアップセミナー』が開催されました。今年も、定員60名に対してキャンセル待ちもあり、運動療法に対する関心度と必要性が年々増えてきていることが実感できるセミナーになったと思います。

2016年の日本糖尿病学会では、高齢者の治療目標は、年齢・罹病期間・低血糖の危険性・サポート体制などに加え、認知機能や基本的ADL・手段的ADL・併存疾患なども考慮して個別に設定する必要があること。血糖管理の目標値が今までになかった下限値が設けられました。このような状況下において、高齢糖尿病の運動療法は今まで以上に糖尿病治療の中で重要な役割を持つこととなります。テーマは昨年引き続き「高齢者のための運動療法」とし、転倒や骨折を予防するための運動療法、認知症防止のための運動療法、ロコモティブシンドロームの解消のためのなど、高齢者の病態生理や整形外科的障害を踏まえて、実践の場で応用できる内容としました。午前は講義、午後は実技が行われ、運動療法指導の知識や技術の習得をし、明日から実践できる

ことを目指したセミナーになる準備を致しました。参加された皆様のお役に立つことができれば幸いです。さて、来年はどのようなテーマになるでしょうか。世話人同一丸となって今から準備を始めていますので楽しみにお待ちしております。



- 😊 炭水化物を除去した食事療法の危険性、認知症と運動の密接な関係など目からウロコでした。
- 😊 TCAサイクルを適切に動かすためにブドウ糖が必要ということが改めて理解でき、食後の運動療法の必要性が分かり、効果についても理解できました。
- 😊 DM以外の高齢者にも十分通用する良い内容でした。

- 😊 正しい運動療法を提供することができれば薬剤費を削減できるのではないかと思いました。
- 😊 筋トレの基本や、誰に指導していくのか、指導のポイントが分かりました。
- 😊 アルツハイマー型の発症リスクが45%抑制することができることは、運動の意義として伝えていけると思いました。



第32回日本糖尿病合併症学会

平成29年10月27日(金)～29日(日)

京王プラザホテル

【本法人評議員】

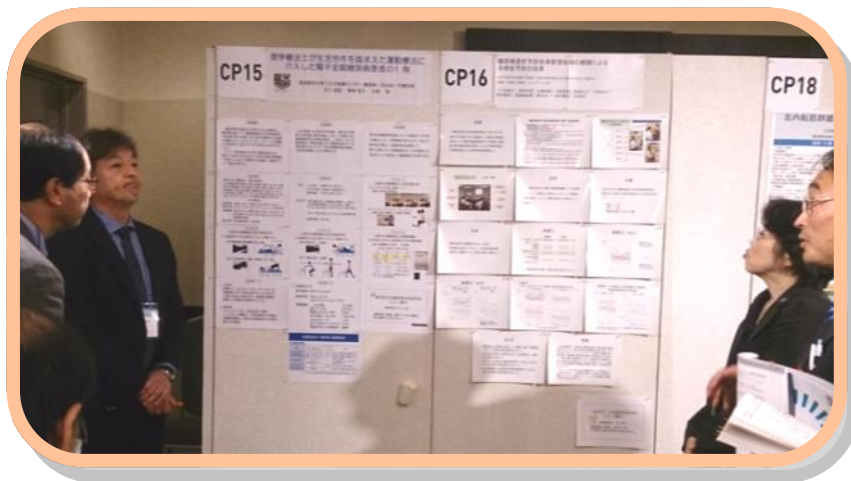
東京医科大学八王子医療センター

天川 淑宏 [理学療法士]

平成29年10月27日(金)～29日(日)第32回日本糖尿病合併症学会が、杏林大学大学院医学研究科内科学糖尿病・内分泌・代謝内科学教授石田均会長のもと、会場を新宿の京王プラザホテルで開催された。また、日本糖尿病眼学会との合同開催で「チームで結ぶ輪と和」とされ、チーム医療の4本の柱、「研究チーム」、「診療科チーム」、「臓器チーム」、「療養チーム」をテーマとされた学会であった。3日間の開催では、合同シンポジウム、教育講演、特別講演、ディベート、リラクゼーションセミナー等の講演、そしてワークショップ、一般講演、ポスターセッションでは214演題が発表された。今回の日本糖尿病合併症学会へ参加し合併症の進展および重症化予防へと患者一人ひとりのQOLへ繋がる大変貴重な勉強を受けることができたとは感じた。なお、本学会へ私も一般演題に応募し腎不全期における運動療法としてポスターにて「理学療法士が生活労作を踏まえた運動療法に介入した腎不全期糖尿病患者の1例」を発表した。糖尿病腎症重症化予防のための運動は、糖尿病治療ガイド「糖尿病腎症生活指導基準」の第4期(腎不全期)では「体力を維持する程度の運動は可」と示されているが、その運動の具体的な内容は示されていない。そこで、「体力」と「運動」を患者が日常生活を送る上での身体活動が腎機能へ負担とならない行動体力と捉え、既存体力の評価と身体活動上支障となる運動器疾患等の有無を確認し入院治療から退院後のセルフケアに至る介入指導の実施内容を報告した。詳細は本レポートでは省略させて頂くが、末期腎症においても運動療法を如何に患者のQOLを踏まえて取り組むことが必要であるか、その点に関してセッションへ足を運んで頂いた参加者と座長の下でディスカッションが行なわれたことは、運動療法の意義を深めることに繋がる発表ができたと感じている。

また、私自身が運動に取り組む専門家であるが故のことかもしれないが、運動に関する必要性をどの講演およびワークショップでも取り上げられていたことは、超高齢化を迎えた糖尿病患者、薬物療法と運動の相互関係など、これまでの運動療法への捉え方と異なった観点からの取り組みが求められているとの印象を受けた。

最後に糖尿病における合併症は、自覚症状がないままに進行していくことで患者自身が気づきにくく重症化してしまうこともある。今回、本学会へ参加し糖尿病の合併症をより深く学んだことは、患者と共に療養指導に携わる医療スタッフとして、とても有意義な時間であった。次回の第33回もまた学びの時間として参加したい。



読んで
単位を
獲得しよう

答え 4, 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. × 本邦の1型患者数の推移は不明だが、主に2型患者の増加によると考えられる。
2. × 第1位は緑内障(24.6%)。
3. × 糖尿病腎症による新規透析導入者は年間約16000人。
4. ○ 細小血管障害の中では神経障害が最も早期に起こり始め、有病率も高い。
5. ○ 糖尿病足病変による切断の年間発生率は糖尿病患者10万人あたり46.1～936。



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け付けております。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。

●2018年度年会費の納入が1月5日より可能になりました。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ねがいします。

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

◆第42回 糖尿病連絡会

申込必要

開催日：平成30年1月25日（木）19:30~21:00

場所：スカイタワー西東京 大会議室

（西武線「花小金井駅」北口下車 徒歩20分 または西武線「田無駅」北口よりバス有）

参加費：500円 申込：TEL：0422-39-7971（1/12締切）

問合せ：アステラス製薬㈱（担当：矢部）TEL：0422-39-7971

☆日本医師会生涯教育制度（カリキュラムコード：73、75、76）：1.5単位申請中

◆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 第3会議室（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

◆第8回 薬剤師糖尿病指導研究会

申込必要

開催日：平成30年2月3日（土）14:50~17:20

場所：国立市商業協同組合 さくらホール（JR中央線「国立駅」南口下車 徒歩3分）

参加費：500円 申込：FAX：042-400-5952（1/26締切）

問合せ：ノボ ノルディスク ファーマ㈱（担当：内田）TEL：042-400-5951

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：3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

☆研修認定薬剤師更新単位：1単位申請中

詳細資料の
同封あり

◆西東京CSII普及啓発プロジェクト 第13回研修会

申込必要

演題：『Libreの活用法を語る』

開催日：平成30年3月6日（火）19:20~21:00

場所：立川相互病院横 薬局棟2階・講堂（JR中央線「立川駅」北口下車 徒歩8分）

参加費：当法人会員 1,000円 / 一般 1,500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。（2/27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

詳細資料の
同封あり

◆臨床糖尿病支援ネットワーク 糖尿病災害対策委員会 第6回医療者向けセミナー

申込必要

テーマ：『被災者への適切な対応を考える～良かれと思う NGワード?!～』

開催日：平成30年3月9日（金）19:20~21:00

場所：立川市女性総合センターアイム・ホール（JR中央線「立川駅」北口下車 徒歩7分）

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。（3/2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

参加費
無料

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



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。皆様、初詣は行かれましたか？我が家から徒歩3分で、大きな神社の裏口に到着します。しかしながら、三が日は裏口も閉鎖され、表玄関からは長蛇の列で、1時間以上の待ち時間と思われまふ。よって毎年恒例、1月4日の出勤前に初詣です。今年も良い年でありますように。

（広報委員 小林 庸子）