



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

糖尿病のトピックス

【当法人理事】

駒沢女子大学／緑風荘病院

西村 一弘 【管理栄養士】

トピックス1: スローカロリーを意識した『適当生活』のすすめ

成人糖尿病患者の1/2以上が65歳を超え、糖尿病療養指導は高齢者を注視した教育が必須になっている中、高齢者の健康寿命を延伸する動きとしては、フレイル予防が重要とされ、毎日の運動と低栄養予防はその中心に考えられています。そこで、エネルギー制限や糖質制限という、制限食は高齢糖尿病患者には不適當と言われ、これからは如何にしてエネルギー不足を予防しながら、血糖値をコントロールすることが必要になります。糖質Oやカロリーオフはフレイル予防には適さないので、ゆっくりと時間をかけて糖質を吸収させ、持続して吸収するために低血糖予防にも期待できる『スローカロリー』を意識してもらえよう。療養指導の中で、『よく噛むこと』『毎食食物繊維(高齢者でも使用可能な食材)を増やす』『ベジファスト』『パラチノースの活用』などを加えてほしいと思います。高齢者の場合は特に、糖質を嫌うことなく大切なエネルギー源として、適切な種類の糖質を適量毎日欠かさずに摂取する『適当生活』を心がけてもらえるように、療養指導の中に取り入れていただきたいと思います。

トピックス2: 平成30年度医療と介護の同時改定と糖尿病重症化予防対策

平成30年度の医療と介護の同時改定においては、『地域包括ケアシステムの構築』がメインテーマとされ、医療機関と在宅医療や介護施設の連携に関する評価が複数新設されています。医師・歯科医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士など、それぞれの専門職や多職種チームに対する、この分野への評価をご確認いただきたいと思います。また、地域に対するアウトカム評価によるインセンティブを強化することも示され、それぞれの区市町村毎に様々な展開が示されていくと思われまます。糖尿病領域においても厚生労働省と一般社団法人日本糖尿病学会、公益社団法人日本医師会などによる糖尿病重症化予防対策が区市町村単位で始まるため、糖尿病療養指導士の活躍に期待が高まっています。

トピックス3: 日本で初めて行われた小児糖尿病サマーキャンプを受け継ぐつぼみの会のサマーキャンプが霊山トレーニングセンターに戻って開催決定

日本で初めて小児1型糖尿病のサマーキャンプが行われたのは、1963年で当時東大の小児科医だった丸山博先生(現松戸クリニック院長)により、千葉県館山市で行われたのが、サマーキャンプの始まりです。翌年には患者と家族のために「つぼみの会」もつくられ、これにあやかり全国でたくさんの「〇〇県つぼみの会」なども発足しています。2011年の東日本大震災による福島原発事故の影響を受け、丸山先生の私財で建てられた福島県伊達郡霊山町にある霊山トレーニングセンターも放射能濃度が高まり、一時は避難地域となって使用できず、その年から昨年までは東京電力の保証で御殿場の富士教育センターで行ってまいりましたが、霊山トレーニングセンターの除染も終り、今年から戻れることになりました。

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 高齢期の特徴と療養支援について正しいものを、1つ選べ。

(答えは3ページにあります。)

1. 高齢者は、身体、精神的背景、家族関係等の社会的条件の個人差が小さい
2. 加齢に伴い体脂肪率が低下し、インスリン抵抗性が低下している患者が多い
3. 高齢者の血圧管理の目標は160/90mmHg未満とする
4. 一人の患者が複数の合併症を併せ持ち、動脈硬化疾患の合併が多い
5. 介護保険制度の第2号被保険者とは65歳以上の医療加入保険者で、市区町村が運営する



報告

第8回薬剤師糖尿病指導研究会

日時:平成30年2月3日(土)

場所:国立市商業協同組合 さくらホール

平成30年2月3日(土)に国立市商業協同組合さくらホールにて、第8回薬剤師糖尿病指導研究会が開催されました。今回のテーマは「かかりつけ薬局の役割と医薬連携」でした。

第I部では、ウラン薬局 波田博文先生より、「気になる患者のカンファ」としてかかりつけ薬剤師の概要やメリットを紹介いただいたあとに、気になる患者のカンファでの実際の事例を用いて医薬連携のコミュニケーションのあり方をご提示いただきました。

第II部では、多摩センタークリニックみらい 藤井仁美先生より、「医薬連携においてかかりつけ薬局に期待すること」として薬局とのカンファで話し合うことや連携がうまくいった症例、主治医が考える手段としての薬物療法の成功率をあげる工夫や多摩市における地域資源としての薬剤師の活用についてチーム医療の有効性をお話いただきました。



第III部では、会場より事前に集めた質問について総合討論を行いました。内容は非常に幅広く、かかりつけ薬剤師になるタイミング、かかりつけ薬剤師の魅力、薬局の情報をどのように医師に伝えればよいかなど、非常に有意義な議論が交わされました。

報告

第49回糖尿病食を作って食べて学ぶ会

平成30年1月30日(火)立川市女性総合センターアイム
平成30年2月27日(火)ルミエール府中

[当法人会員] 登録管理栄養士 高村内科クリニック 布川 かおる [管理栄養士]

第49回「糖尿病食を作って食べて学ぶ会」を1月30日立川アイム、2月27日ルミエール府中にて行いました。今回のテーマは患者様からのリクエストの多かったひき肉料理「おいしいハンバーグを作ろう」でした。

今回のメニュー

- ・発芽玄米入りごはん
- ・ヘルシーハンバーグ
- ・ほうれん草と海苔のごま和え
- ・きのこ汁
- ・豆乳ふるふるゼリー

前回のテーマ、上手なたんぱく質のとり方に続き、たんぱく源である肉の選び方のポイントをお話しさせていただきました。参加者は立川12名(うち男性3名)府中18名(うち男性2名)。今回のメニューのセールスポイントは、赤身肉やレンコン入りの主菜、海苔、キノコを使った食物繊維の多い副菜、オリゴ糖、豆乳を使用したデザートでした。「ハンバーグは、歯ごたえがあり美味しかった」「ほうれん草は海苔の香りが良く絶妙な味だった」「少ないエネルギーでボリュームがあり満足した」「ゆっくりよく噛んで食べることを実感し、量の目安が分かってよかった」「一年前に糖尿病だと急に言われた。食事療法は頭に入れたが、なんでも食べなくちゃいけないし、料理に振り替えるのが難しくて同じような料理ばかりだったが、レパートリーを増やせそう」などの声が聞かれました。デザートのゼリーも好評でした。

次回第50回調理実習は、7月立川、8月府中にて開催いたします。あなか

け焼きそばを予定しております。患者様にお声をかけていただければ幸いです。皆様のご参加をお待ちしております。どうぞよろしく願います。

第49回 調理実習





第52回糖尿病学の進歩

平成30年3月2日(金)～3日(土)
福岡国際会議場・福岡サンパレス

[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]

厳しい寒さがゆるんできた3月早々、福岡国際会議場・福岡サンパレスで「糖尿病診療：新ステージへの飛躍」をテーマに第52回糖尿病学の進歩が開催されました。

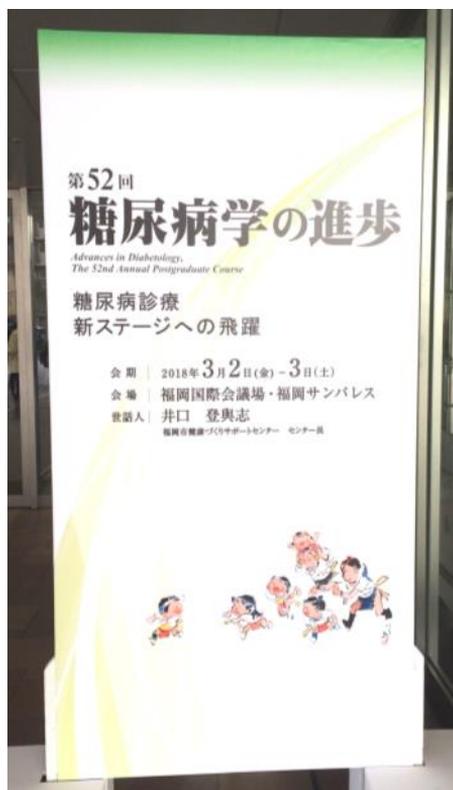
糖尿病患者数は約1000万人に増加しその合併症の発症や重症化予防が益々重要な課題となっています。高齢化社会に伴い、高齢糖尿病患者も増加しており、高齢者糖尿病・認知症について様々なシンポジウムが開催されていました。高齢糖尿病患者では個人のADL、認知機能等、多角的に個人を評価して診療することが重要となってきています。潜在的な認知機能低下に関する情報を把握し、個々に見合った支援介入をしていく為に家族の介護力や社会資源活用の必要性を日々判断しながら支援を行っていく必要があると感じました。また、治療薬においてはSGLT2阻害薬が約2年を迎え、心血管イベントや腎保護作用が報告された話題が幾

つかありました。インクレチン関連薬においては抗ガン作用の研究に期待が持たれるなど、糖尿病薬の枠を超えた研究が進んでいるとのことでした。新しい話題としては昨年保険適応となった新たな皮下連続グルコース測定システム(リブレ)の利点や欠点を話題とする講演がありました。他には、リアルタイムCGMを装備したCSII機器(SAP)の臨床応用の報告や、低グルコース前一時停止機能付き(センサーグルコースが事前に設定した値に近づくとき基礎インスリン注入を一時停止する機能搭載)が近日発売されるとの情報提供がありました。

徐々に複雑化・多様化してきた糖尿病診療において、療養指導士としては患者さんへよりよい情報提供ができるよう基礎的知識・最新の技術を学び続ける必要性を感じました。又、診療継続や意欲向上の動機

づけとなるような説明の仕方や患者さん自身が個々の人生をどのように描きたいかをしっかり傾聴し、信頼関係を構築しながらチームで支援することの大切さを再確認することができた学びの多い学会となりました。

福岡は食べ物も美味しく、明太子、イカ、ごまそば、もつ鍋等美味しいビールと共に夕飯を堪能することもできました。来年は雪国青森で開催予定とのことでした。



読んで
単位を
獲得しよう

答え 4 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. × 高齢者は、身体、精神的背景、家族関係などの社会的条件の個人差が大きい(P.150)
2. × 加齢に伴い体脂肪率が増加し、インスリン抵抗性が亢進している患者が多い(P.150)
3. × 高齢者の場合65～74歳までは140/90mmHg未満、75歳以上では150/90mmHg未満とし、忍容性があれば140/90mmHg未満を目標とする(P.152)
4. ○ (P.154)
5. × 介護保険制度の第2号被保険者とは40歳以上65歳未満の医療加入保険者で、市区町村が運営する(P.155)

(糖尿病療養指導ガイドブック2017より)

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

 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 第63回例会

 申込不要

テーマ：『差し迫った糖尿病医介連携』

開催日：平成30年6月16日（土）15:15～18:50

場所：国分寺市立いずみホール（JR「西国分寺駅」下車 徒歩2分）

参加費：当法人会員 無料 / 一般 1,500円

問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL：042-322-7468

参加費
無料

詳細資料の
同封あり

 平成30年度 西東京糖尿病療養指導プログラム(CDEJ1群)

 申込必要

<看護系> 第15回 西東京教育看護研修会 <栄養系> 第15回 西東京病態栄養研修会
 <薬剤系> 第15回 西東京薬剤研修会 <臨床検査系> 第3回 西東京臨床検査研修会
 <運動療法系> 第3回 西東京運動療法研修会 <フリーコース> 5/1(火)より申込開始

詳細資料の
同封あり

開催日：平成30年7月1日（日）9:25～16:55（開場9:10）

場所：北里大学・薬学部 白金キャンパス

（JR山手線「恵比寿駅」下車 徒歩20分 または 都営三田線「白金高輪駅」下車 徒歩13分）

参加費：通常[5/1～6/21] 6,000円

申込：当法人ホームページの「重要なお知らせ」または「新着情報」の「平成30年度 西東京糖尿病療養指導プログラムの申込はこちらから」よりお申込みください。（6/21締切）

 西東京CSII普及啓発プロジェクト 第14回研修会

 申込必要

演題：『低血糖のリスク管理』

開催日：平成30年7月10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。（6/30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

 西東京CDEの会 第17回例会

 申込必要

テーマ：『糖尿病性腎症の重症化予防』

開催日：平成30年8月25日（土）15:30～19:00

場所：府中市立中央文化センター ひばりホール（京王線「府中駅」下車 徒歩5分）

参加費：当法人会員 1,500円 / 一般 2,500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。（8/10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：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

詳細資料の
同封あり

 第12回西東京糖尿病運動指導スキルアップセミナー

 申込必要

テーマ：『高齢者のための運動療法～転倒防止のための運動療法～』

開催日：平成30年9月9日（日）8:30～17:00

場所：興和ビル 11階ホール（JR総武線「新日本橋駅」下車 徒歩1分）

参加費：当法人会員 5,000円 / 一般 7,000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。（9/2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：10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

☆健康運動療法士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な必修単位<講義/実習>：計6.3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



東京での日本糖尿病学会年次学術集会は、いかがでしたか。日常診療や療養指導、患者に役立つものは見つけれましたか。全国から集まってきた仲間たちも、おおいに刺激を受けそれぞれの場所に帰っていったことでしょう。私たちは、学会で学んだことを療養指導士として、患者さんに返していきたいと思います。

（広報委員 岡崎 扶美恵）