



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

療養支援の基本は『聴き上手』になること…

〔当法人理事〕

すずき糖尿病内科クリニック

和田 幹子 [看護師]

ここ数年、アドラー心理学について学んでいます。アドラーは、同時代のフロイトやユングとともに臨床心理の基礎を築いた人で、人間性心理学を説くことで自己実現を目指す人間の性質を明らかにしようとした。フロイトやユングと比べ、知名度は低いかもしれませんが、数年前「嫌われる勇気」という書籍がベストセラーとなり、ドラマにもなったことで一気に注目を集めました。『自分と周囲の人へ勇気を与える心理学』を広め、「人を動かす」のカーネギーや「欲求段階説」を提唱したマズローに影響を与えた人でもあります。

私自身、糖尿病療養指導士として活動していても、行動変容モデル(維持期)の介入にある「患者さんを褒める」ということに違和感がありました。理由は「褒める」ことに上下的な意味を感じる。受け手が「褒められる」ことで心地良い感覚があったとしたら、その感覚を得ることが目的となってしまうのではないかと…という疑問もありました。そこで、別の視点から療養支援について考えてみようと思い「勇気づけの心理学」であるアドラー心理学を学び始めました。

勇気づけとは、①困難を克服する活力を与えること、②褒めることでも激励することでもない、③落ち込んでいる人を力づけるだけでなく、元気な人をより元気にすることもできる、④自分自身を力づけることもできる、⑤「尊敬」「信頼」「共感」をベースに、人との関係を築いていくこと、と定義されています。

30年前、私が看護師の資格を取る前に、看護学校で「看護観」(看護師となる自分の哲学のようなもの)を書いた時、そこに「患者さんが勇気を持てるような看護をしたい」と書いた記憶があります。当時は、教員に「患者さんは勇気がない人という前提？失礼では？」等色々と言われたのですが、様々な心理学や行動・学習理論を学んでからも、自分の看護の根底にはいつも「勇気」という言葉がありました。「勇気づけ」を行うためにはアドラー心理学の知識と技術が必要なのですが、まずは『聴き上手』になることが大切と言われています。自戒を込めて述べると、電子カルテの操作に一生懸命なあまり、患者さんときちんと向き合わないままに療養支援が展開されてしまうことがあるように思います。そこで、聴き上手になるには、一昨年の1群研修会(西東京教育看護研修会)で金沢大学の稲垣美智子先生に教えて頂いた「あ(相手の顔を見て聴く)・い(一生懸命聴く)・う(傾きながら聴く)・え(笑顔で聴く)・お(おしまいまで聴く)」がしっくりきます。聴き上手になるための「あ・い・う・え・お」を意識して実践し、自分も患者さんも勇気が持てるような療養支援の技をしっかり磨きたいと思っています。

嫌
われる
勇気

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 サルコペニア、フレイル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. フレイルとは、加齢とともに生じる骨格筋の質的・量的低下のことである
2. サルコペニアとは、高齢になり筋力・活力が衰え身体予備能力が低下した状態である
3. サルコペニアやフレイルの予防と治療は食事・運動を中心とした生活習慣の改善である
4. サルコペニアは耐糖能を低下させる
5. フレイルはうつなどの精神障害とは関与しない



報告

第22回西東京糖尿病心理と医療研究会

日時:平成30年11月17日(土)

場所:国立市商業協同組合さくらホール

[当法人理事] 朝比奈クリニック 朝比奈 崇介 [医師]

去る平成30年11月17日国立市商業協同組合さくらホールで天理よろず相談所病院の北谷真子先生と奈良大学臨床心理クリニックの森崎志麻先生をお招きして第22回西東京糖尿病心理と医療研究会が開催された。今回も前回に引き続き北谷先生がファシリテーターになり「糖尿病医療学的症例検討会」を行った。これは演者に医療者と患者の関わりを詳しく発表してもらい、聴衆がそれに対する感想や意見などを数人一組になってディスカッションを行い、それを発表するというワークショップ形式の検討会である。今回は「網膜症が進行し、自宅受け入れ困難になった患者との関わり」というタイトルで 武蔵村山病院の認定看護師の小柳貴子先生に症例を提示して頂いた。今回は患者さん本人との関わりだけでなく、本人の家族や親戚、果ては訪問看護師、ヘルパーなどの社会状況をバランスよく見ながら調整役として看護師が奮闘する話を通し、演者の反省や葛藤を紹介して下さった。第2部は「糖尿病患者のこころを見立て、支える」というタイトルで森崎先生から講演を頂いた。医療者は糖尿病患者の生きる在り様(being)を眼差しながら療養行動(doing)に関わる。糖尿病患者が創造的に生きる心理的テーマを医療者が見立てることは医療者もまた糖尿病患者との間で創造的に生きることを意味するというお話を頂いた。

また来年の秋にも糖尿病医療学的検討会を中心に据えた第23回心理の会が開催されることになった。またその時にも今回のような大勢の参加者と共に白熱した議論を行いたいものである。



北谷先生



朝比奈先生

報告

西東京CSII普及啓発プロジェクト 第15回研修会

日時:平成30年11月20日(火)

場所:立川相互病院横 講堂

[当法人会員] 八王子糖尿病内科クリニック 山本 直之 [医師]

平成30年11月20日(火)立川相互病院講堂にて開催されました。今回は「CSII/FGM/CGMの現状」をテーマとしてまずテルモ株式会社から、日本初のパッチ式インスリンポンプ「メディセーフウィズ」について説明を受けました。チューブが無く、直接お腹に貼るタイプのインスリンポンプのため、チューブがネックでCSII導入をためらっていた方などの期待が高まります。現時点では今年発売予定とのこと。続いて、熊本県からお招きした八代中央クリニックの大石史弘先生から「ミニメド・SAP療法の経験」と題し、ご自身のSAP療法のご経験についてお話し頂きました。ご自身の経験のみならず、日常でCSIIの患者さんの診療もされているため、臨床に役立つ大変深いお話を解りやすく伺うことができました。最後に杏林大学・近藤医院の近藤琢磨先生から「アボット・フリースタイルリブレの使用経験」についてお話し頂きました。リブレは



患者さんがリアルタイムにセンサーグルコース値を知ることができるため、発売当初から急速に普及しましたが、近藤先生の多くの経験を基にそのメリットとデメリットについてお話し頂きました。ここ数年は様々な新機種が発売されているCSII/FGM/CGM境界ですが、これからも続々と発売される予定があり、それらの情報を得ることができ、大変役に立つ会となりました。





第22回日本病態栄養学会年次学術集会

平成31年1月11日(金)～13日(日)

パシフィコ横浜

[当法人会員]

東大和病院附属セントラルクリニック

原島 健太 [管理栄養士]

今学会では3日目のシンポジウム「専門管理栄養士の現状と展望」と招待講演「介護をめぐる課題と展望」にて、現在日本が直面している少子高齢化や社会保障制度(年金、医療、介護など)などの問題と、その問題に対して糖尿病病態栄養専門管理栄養士に何が求められているのかを学ぶことができたのでご報告させていただきます。

まず少子化対策は国をあげて取り組んでいます。効果が現れるのは何年も先になるとのことでした。高齢化については2025年問題・2040年問題があります。2025年問題は団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になり、2040年問題は団塊の世代が90歳以上になり、生産人口(15～65歳)の減少も加速し、高齢者人口の割合が増えることで医療・介護費用の増大や年金受給額の減少などが懸念されています。これによって増税や外国人労働者の雇用、単純作業のIT化、高齢者の労働拡大、定年制度の年齢引き上げなどの対策が検討されているそうです。

医療の現場では高齢化に伴って、患者の疾患が複雑なものになっていることや、医学の進歩により治療が複雑化していることが、医療費の増大や、人手不足などの問題を引き起こしています。そのような背景がある中で専門職に期待されることは、「卓越した技術と知識を習得し複雑で困難な問題を解決できる能力」という、各分野に特化した力を身につけることでした。そこで病態栄養学会では、糖尿病・腎臓病・癌に対する専門管理栄養士の認定制度を設けており、自己研鑽だけでなく、後輩の育成などにいかしてほしいということでした。

今後はますます各専門職がより専門性に特化し、質の高い多職種共同チーム医療が求められます。私もその一員として活躍していくために、専門性に特化した管理栄養士を目指し、そして医療の進歩に遅れることがないように学んでいきたいです。



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。

《2019年度年会費をご納入されていない方はお急ぎください》

2019年度年会費は、ご自身のマイページの「年会費納入のお願い」より、ご納入いただけます。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**にご納入をお願いいたします。



読んで
単位を
獲得しよう

答え **3, 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. 5. × フレイルとは、高齢期に生理的予備能力が低下した状態。身体的問題のみならず、認知機能低下やうつなどの精神心理的問題、独居・経済的困窮などの社会問題も含んでいる。
2. × サルコペニアとは、加齢とともに生じる骨格筋の質的・量的低下を特徴とし、耐糖能を低下させ、糖尿病発症を助長する。



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にお電話くださいますようお願いいたします。

お悩み解決 《マイページ Q&A》

Q. ホームページでパスワードを再発行したのに届かないのですが、どうしたらいいですか？

- A. パスワードは、会員IDに対して送信されます。すなわち、当法人にご登録されているメールアドレスにのみ送信されます。お心あたりのメールアドレスでお試しいただいても届かない場合は、「※会員IDをお忘れの方はこちらから」より、まず会員IDをお問い合わせください。追って事務局よりご連絡いたします。



会員ID(メールアドレス)は正しいのにパスワードが届かない方は、いま一度、当法人のアドレスが受信可能な状態かお調べください。特に携帯電話のメールアドレスは、当法人のアドレスを受信可能なアドレスに設定してからパスワードの再発行を行ってください。また、ご使用のメールソフトで「迷惑メール」とみなされている場合もありますのでお確かめください。



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43回 東糖協多摩ブロック糖尿病教室 第25回 西東京糖尿病患者会連合特別講演会 **申込不要**

テーマ：『糖尿病を勉強しませんか？～正しい知識があなたの未来を明るくする～』

開催日：2019年3月9日(土) 14:00~16:30

場所：三鷹産業プラザ 7階 (JR中央線「三鷹駅」南口下車 徒歩7分)

問合せ：東京都糖尿病協会 TEL: 03-6892-2962

★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

参加費
無料

詳細資料の
同封あり

 第3回 薬剤師による既往歴妊娠糖尿病を考える会

申込必要

テーマ：『糖尿病発症予防のために』

開催日：2019年4月10日(水) 19:30~21:00

場所：国分寺労政会館 第一会議室 (JR中央線「国分寺駅」南口下車 徒歩5分)

申込：当法人ホームページのイベント情報にある「申し込みフォーム」よりお申し込みください。(4/3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

参加費
無料

詳細資料の
同封あり

 2019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16回 西東京教育看護研修会

<栄養系> 第16回 西東京病態栄養研修会

<薬剤系> 第16回 西東京薬剤研修会

<臨床検査系> 第4回 西東京臨床検査研修会

<運動療法系> 第4回 西東京運動療法研修会

開催日：2019年7月28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」徒歩20分 または 都営三田線「白金高輪駅」徒歩13分)

参加費：申込時期によって価格が変わります。

早割[3/7~5/26] 6,000円 / 通常[5/27~7/12] 7,000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

「2019年度 西東京糖尿病療養指導プログラムのお申し込みはこちら」よりお申し込みください。(7/12締切)

問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL: 042-322-7468

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



今年はインフルエンザが猛威を振っているようですが、皆さんのところではいかがでしょうか？この3月号がお手元に届く頃にはおさまると良いのですが、今月号も療養指導の参考になることが多いかと思えます。毎月少しでも皆さんのお役に立つことを願っておりますが、告知にもあります通り、5月号から(予定)は紙での配送が無くなりデジタルブックでご覧いただくこととなります。デジタルブックならではの構成の自由さなどを生かし、さらに皆さんのお役に立てるようがんばって参りますので、これからもMANO a MANOをよろしくお願ひ申し上げます。(広報委員長 西田 賢司)