



# 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

## 目の前の方が、将来糖尿病になるかも…

【当法人理事】

杏林大学医学部付属病院

小林 庸子 [薬剤師]

「目が見えにくくなったのは歳のせいだと思っていました。これといった病気は、今までありません。」50歳台の女性、視力低下で眼科受診し、HbA1c13%にて糖尿病内科に紹介受診となる。インスリン自己注射の手法説明を開始。「そういえば、妊娠中に使ったかな…もう20年くらい前のことで、よく覚えていませんけどね。」糖尿病内科ではよくあるやり取りではないだろうか。

約4年前に「産科病棟」の担当になり、病棟での糖尿病に関する業務は封印か、と思ったのは束の間、「切迫早産で入院中のAさんが、インスリン導入になりました。お願いします。」から始まった。分娩を終え「妊娠糖尿病だった」方々は、血糖値は正常となり、子供のことについて学び、退院される。最後に「チップはもうないし、これはいらないので置いていきます。」と血糖自己測定器を返却される。

妊娠糖尿病の発症頻度は12.08%、また妊娠糖尿病の妊婦さんは耐糖能が正常の妊婦さんと比べて、将来、糖尿病になる確率は7.34倍であると報告されている。(日本糖尿病妊娠学会:糖尿病と妊娠に関するQ&Aより)

産科病棟を退院の際、薬剤師業務である退院時の服薬指導の際に、「糖尿病発症予防のための健診のすすめ」に重点を置いている。しかしながら、病院勤務の薬剤師が実施可能な範囲はここまでである。この地域で何かできないか？

そこで「薬剤師による既往歴妊娠糖尿病を考える会」が発足した。(「既往歴妊娠糖尿病」という言葉にご指摘もあるが、お許しいただきたい。)今まで3回の勉強会を開催し、予想に反して多くの職種の方々にご参加いただいた。驚いたことに、一般企業にお勤めの男性の方が、「今度、妊娠糖尿病に関するプロジェクトに関わるのですが、なかなか妊娠糖尿病を学ぶ機会が無くて」と参加してくださった。第1回では「妊娠糖尿病だった方が立ち寄るところに貼るポスターがあればよいのでは?」。第2回では「みなさんと一緒にポスターを作りましょう!」。第3回は「ポスターのお披露目」の会を開催した。毎回、前半は内科医師による「妊娠時の糖代謝異常」についてご講演いただき、知識も習得した。

第4回の本会は、産婦人科の医師をお招きすることとなり、さらに知識を習得する機会をいただいた。(巻末のイベント情報を参照)皆様と一緒に作成したポスターを目にした方が、「そういえば…」と思ってくださることを願いたい。



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、一部変更しております。)

**問題** 糖尿病腎症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. 血清クレアチニンが2.0mg/dL以上の場合のアンジオテンシンII受容体拮抗薬の使用は禁忌である
2. 腎性貧血は第2期(早期腎症期)より認めることが多い
3. 血清クレアチニンの上昇よりも尿中蛋白の増加がより早期に出現するのが特徴である
4. 持続的腹膜灌流(CAPD)では、カリウム制限は不要なことが多い
5. 第3期(顕性腎症期)の塩分制限は7g未満とする。





## 第62回日本糖尿病学会年次学術集会

令和元年5月23日(木)～25日(土)

仙台国際センター 他

[当法人理事]

武蔵野赤十字訪問看護ステーション  
 豊島 麻美 [看護師]

令和元年5月23日から25日までの3日間、仙台市において第62回日本糖尿病学会学術集会が開催されました。今回のメインテーマは『DM4.0』。学会HPにおける今大会長のご挨拶の一部に、『糖尿病治療の目標である「健康な人と変わらない日常生活の質の維持、健康な人と変わらない寿命の確保」には、先進的医療などの分野でP4 (Predictive 予測的、Preventive 予防的、Personalized 個別化、Participatory 参加型) という言葉が提唱されているように、次世代の糖尿病医療においては、個別化医療・精密医療が目指すかたちでもあります。このような気持ちを含めて、「DM4.0」とさせていただきます』とありました。

このテーマに照らし合わせ、あるセミナー「低血糖を防ぐために知っておきたいこと」に参加して「P4」を考えてみました。1型糖尿病患者さんやインスリン自己分泌が枯渇している糖尿病患者さんにとって、低血糖への変化を予測・予防する方策を、CGMやFGMという先進機器で個別の状況が判る時代になりました。日常臨床では主にグルコーススパイクを知り、高血糖を抑える事の一方で、重症低血糖に着目し、可視化されたデータを基に、特に夜間の血糖トレンドに注目し個別的・具体的な療養指導が可能になる期待を感じました。それには、対象の糖尿病罹患歴や日中の活動習慣(日単位、週単位等細かく)、低血糖の自覚症状の有無をよく尋ね、知り合うよりほかありません。そのうえで、夕食前のインスリン投与量の微調整や、就眠時頃に↓が表示されたらその時点で追加インスリンは絶対に打たない、低血糖の補正に消極的な方であれば、1gのブドウ糖での血糖上昇は5mg/dLであることを伝え、どのくらいの補充をするか等、個別化した実行可能なアドバイスに近づけると考えます。高齢者だけでなく、生産人口年齢層の健康寿命を担保する脇役を担える糖尿病療養指導士になりたいものです。

また、本会では、東日本大震災で被災した仙台において開催するにあたり、日本糖尿病学会、アジア糖尿病学会、国際糖尿病連合西太平洋地区会議は、糖尿病の管理と自然災害に関する合同シンポジウムが開催されました。本合同シンポジウムの開催にあたり、日本糖尿病学会、アジア糖尿病学会、国際糖尿病連合西太平洋地区会議は、西太平洋地区のすべての糖尿病患者さんのために、震災に対する備えの重要性を積極的に普及啓発することを宣言します。当法人の取り組みでも災害対策を継続していますが、さらにブラッシュアップする好機とも捉えました。



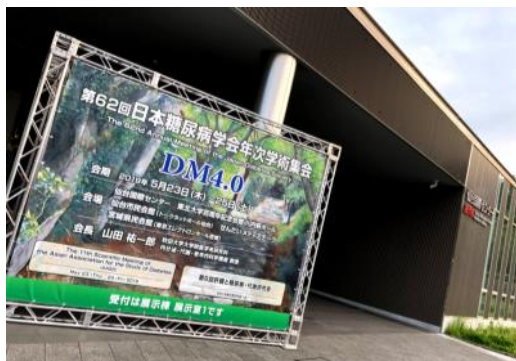
第62回日本糖尿病学会学術集会の発表は基礎研究、日常の関わりから大規模研究まで多岐にあふれており、興味深いものばかりです。また、今回はアジア糖尿病学会(AASD)との共催で、国際色が豊かな演題も多く見受けられました。いずれも示唆に富んだものばかりですが、独断と偏見でトピックスをご紹介します。

本学会で多数報告されていた発表は、臨床現場で頭を悩ますことが多い、高齢者への糖尿病療養指導についてです。糖尿病療養指導にかかわる各職種から、糖尿病療養指導を行う上で注意すべき点や工夫などが、実体験を交えながら紹介されていました。共通していたことは、患者個々の状態を見極めて、個別の療養指導プランを立てることが重要である、ということでした。各職種が専門性を活かして治療プランを立てる必要に迫られますので、糖尿病療養指導士が活躍する舞台が増えるであろうと考えられます。また、本学会ではCDEJ療養指導セミナーが2コマで開催されました。ファシリテーターとして参加しましたが、全国から集まったメディカルスタッフが熱気に溢れたディスカッションを行っており、貴重な経験をすることができました。次回は滋賀、大津です。シンポジウムからディスカッションまで、幅広く経験できるプログラムが組まれています。皆さんもぜひ参加してほしいかがでしょうか。

[当法人会員]

北里大学 薬学部

堀井 剛史 [薬剤師]



## 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せうお願いいたします。

## ◆ 第20回 西東京糖尿病療養指導士養成講座

**申込必要**

期 間：2019年9月～12月

時 間：19:00～21:00（開場18:30）

場 所：国分寺市立いずみホール（JR中央線「西国分寺駅」下車 徒歩2分）

受講料：14,000円（全14回講義分として）※会員価格となります

日 程： 9月 ⇒ 4日(水) 11日(水) 19日(木) 24日(火)

10月 ⇒ 8日(火) 17日(木) 29日(火)

11月 ⇒ 6日(水) 12日(火) 19日(火) 25日(月)

12月 ⇒ 4日(水) 10日(火) 17日(火)

予備日 ⇒ 12月26日(木) ※休講等、不測の事態に備えた補講日

定 員：190名（定員に達し次第締め切ります）

テキスト：「糖尿病療養指導ガイドブック 2019」

（日本糖尿病療養指導士認定機構発行 ㈱メディカルレビュー社発売 税込3,240円）

※テキストは、当日までに各自ご用意ください。書店にご注文いただくか、インターネット（アマゾン、楽天ブックス等）でも購入できます。

申 込：当法人ホームページ【<https://www.cad-net.jp/>】より

申込方法の詳細は、以下の頁でご案内します。

トップページ > 「重要なお知らせ」 > 「第20回西東京糖尿病療養指導士養成講座のご案内」  
又は「新着情報」

西東京糖尿病療養指導士・認定試験実施日：2020年2月16日（日）

※試験の詳細については、講座期間中にご案内します。

問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL：042-322-7468



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

糖尿病腎症については、糸球体濾過量(GFR)と尿中アルブミンあるいは蛋白排泄量により判定された病期(第1～5期)を考慮しつつ、個々の症例に応じて治療や生活指導の方針を決定する。

1. × 血清クレアチニン2.0 mg/dL以上の場合、ACE阻害薬とアンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬は低用量から慎重に開始する。(禁忌ではない。)
2. × 腎性貧血は第4期(腎不全期)より認めることが多い。
5. × 第3期以降ではナトリウム排泄障害も進行することから、高血圧がなくても食塩摂取量を6 g/日未満に制限する。

## 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7回 糖尿病災害対策セミナー

**申込必要**

開催日：2019年9月1日（日）14：20～16：00  
 場 所：国分寺市立いずみホール（JR中央線「西国分寺駅」下車 徒歩2分）  
 申 込：当法人ホームページのセミナー情報にある「申込みフォーム」よりお申込みください。（8/22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

### ◆ 第4回 薬剤師による既往歴妊娠糖尿病を考える会

**申込必要**

開催日：2019年9月14日（土）15：00～18：00  
 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」中央口下車 徒歩4分）  
 参加費：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。（9/4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

### □ 第20回 糖尿病予防講演会

**申込不要**

テーマ：『スローカロリーダイエットと時間栄養学』  
 開催日：2019年9月28日（土）14：00～17：25  
 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」下車 徒歩6分）  
 ☆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＞：1単位申請中

参加費  
無料

## 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。

## 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 H26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回西東京臨床糖尿病研究会 [平成28年度 西東京糖尿病療養指導プログラム]	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>	

取崩期間：2019年03月31日

## 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



人生3度目のマラソン大会参加は、昨年に続き、第62回日本糖尿病学会学術集会(仙台)のSunset Runであった。今回は、発表時間とスタート時間が一緒だったため、TAXIで会場に駆けつけた。かなり遅刻し、全コース走行したかは不明であるが、「参加することに・・・」であった。

(広報委員 小林 庸子)