



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

糖尿病療養指導(支援)の専門性について

[当法人評議員]

クリニックみらい立川

菅原 加奈美 [看護師]

現在私は、看護協会で開催している「特定行為研修」を受講しています。全国から様々な分野の認定看護師が集合し共に学ぶ集合研修と「血糖コントロールに係わる薬剤投与関連」を医師から学ぶ実施研修があります。先日集合研修のグループワークで「糖尿病の患者さんって指導が大変そうってイメージしかありませんが、指導方法や看護の役割をどう捉えていますか?」という質問を受けました。「私の糖尿病療養支援の目標は、患者さんの糖尿病への過去の想いを聴き、現在の病状や目標を共に考え、未来を想像してもらい患者さんの人生の四季に寄り添えるような看護をしていく事です」といつも考えている事を話しました。「え?過去や未来も考えるの?今か長くても退院して3日後位の事しか考えて指導したことしかなかった!」と他の専門分野の看護師さんから驚きの声と拍手の反応が返ってきました。糖尿病療養指導は看護分野の指導の中でも当たり前の事ではなく専門性があるんだと改めて振り返る機会を得ました。

私が糖尿病療養指導士になろうと思ったのは、病院の総合内科で5年目の看護師として勤務していた頃でした。入院中に糖尿病と診断された患者・家族へ退院後の生活について正しい支援をしないと病状の悪化や入退院を繰り返す方がいる。療養指導は生活(食事、運動、感染対策)を支援する役割の看護師だからこそできる提案や視点が多くあるのではないか?と思ったからでした。

療養指導士になり立ての頃は参考書やパンフレットの全ての指導をする事が患者さんの為になるという呪縛から逃れられず、30分以上は必ず時間を作り予習復習をしながらパンフレット通りの指導をがむしゃらにしていました。マニュアル通りの説明に患者さんはとても退屈だったのでは?と今では思います。経験を重ねていくと個々の病態には様々違いがある様に生活背景にも驚くほど個性がある事を患者さんから学び、療養指導という看護師が患者に指導するという一方的に聞こえる言葉に違和感を覚えるようになりました。患者さんとの間に信頼関係が構築されると効果的な支援に時間がかからなくなる事や患者さんが迷いの中にいる時は新しい提案の受容は困難となる事が理解、実感できるようになりました。タイミングがとても重要だという事も学びました。点で支援を考えるのではなく曲線のイメージで捉えると支援に広がりや希望が見え、私自身の支援の時間軸も変化していきました。

今後も職場や西東京の皆様と語り合い、様々な症例を共有していきたいと思っています。日々糖尿病の治療やデバイス機器は進歩、進化を遂げており、患者さんの為に努力を惜しまず学んでいきたいです。まだまだ未熟で思い描く看護師像には程遠いですが、診療の補助の役割をしっかりと果たせる看護師に、また知識や技術、人間性も豊かになれるよう、これからも療養指導士としての学びを深めていきたいです。



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年間において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 運動開始時のメディカルチェックと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. 運動負荷試験は全例に行うべきである
2. 早期腎症期(腎症第2期)以降では、病態により運動の程度を調整する
3. 眼底出血直後の急性期には安静を保つ
4. 空腹時血糖250mg/dL以上で尿ケトン体陽性の場合、運動すべきでない
5. 運動をしていない場合、身体活動量の評価は不要である



報告

第26回南多摩糖尿病教育研究会

日時: 令和3年12月7日(火)
オンライン

[当法人理事] 多摩センタークリニックみらい 藤井 仁美 [医師]

令和3年12月7日(火)、第26回となる本会は「基礎からわかる『糖尿病と鬱(うつ)』」をテーマにオンラインにて開催し、100近くのアクセスがありました。

講演1は桜ヶ丘記念病院 院長 岩下 覚先生より『うつ病の基礎～診断、治療、患者さんへの対応』と題しご講演いただきました。内容は現在の我が国における精神医療の全般的状況から始まり、うつ病とはどのようなものか、うつ病の診断、治療、薬物療法、精神療法(患者への接し方)を実際の対応を交えながら分かりやすくお話いただきました。最後に精神科専門医紹介時のポイントとして、①治療の必要性、②誰でもかかる可能性、③治療の有効性、④安定したら一般内科でも治療が可能なることを患者本人や家族の意向を確認しつつ、反応を見ながら、気持ちを和らげるように配慮しつつ伝えることが重要とのメッセージで講演1を終了いたしました。

次に講演2では、クリニックみらい立川 副院長 長谷川 亮先生より『内科における「うつと糖尿病」診療を垣間見る～精神疾患を合併する糖尿病の実際～』と題し、講演1の内容を糖尿病患者さんに落とし込んだご講演をいただきました。内容はうつ病と糖尿病の関係、特徴的な病態とその原因、実際に感情的負担度を測るPAIDの活用方法などをお示しいただき、後半では糖尿病とうつ病を併発している症例を5例紹介いただきました。この症例からの気づきは、①体重や血糖は月ごとにかなり変動すること、②摂食や行動の変化が、心理状態の影響を大きく受けていることが上げられました。まとめではうつ病と糖尿病の①治療はやはり早期介入が非常に重要であること、②うつ病の治療に至っても、不眠や心理的不安定から効力感を感じにくいこと、③うつ病の薬剤選択も重要であること。最後のメッセージでは、「脳へのアプローチから血糖や体重の改善が期待できる治療が、精神疾患を合併し混迷する糖尿病患者への一助になることを願う」というメッセージでご講演は終了いたしました。

次回は火曜日、もしくは木曜日にオンラインでの開催を検討しております。ご興味のある方は是非、ご参加をお待ち申し上げます！



ご参加をお待ち申し上げます！

報告

第48回東糖協多摩ブロック糖尿病教室

日時: 令和3年12月18日(土)
オンライン/KTAビル 他

令和3年12月18日(土)14:00～16:00、KTAビル(多摩市)、立川ホール(立川市)、近藤医院様(小平市)3会場より、Zoomウェビナーを用いたハイブリッド配信にて『第48回東糖協多摩ブロック糖尿病教室』が開催されました。Web参加者67名(患者様、医療従事者を含む)、会場参加者15名でした。新型コロナ感染拡大により2年間東糖協ブロック糖尿病教室は開催されておりましたが、コロナ禍後初めて『今、知りたい、糖尿病とコロナ』をテーマに開催されました。

東京医科大学八王子医療センター 糖尿病・内分泌・代謝内科科長 松下 隆哉先生より「糖尿病と新型コロナウイルス感染症～糖尿病と感染症～」につきましてご講演、質疑応答いただきました。また、後半では多摩センタークリニックみらい 馬場 美佳子先生より「コロナにもフレイルにも負けない！運動にお出かけ前の準備体操」として、多摩会場でご参加いただいた患者さんとリモート参加いただいた患者様に向け、その場でできる運動の実践を行っていただきました。さらに多摩センタークリニックみらいの患者様による「私のコロナ体験」として、インタビュー形式動画を20分配信しました。実際にコロナに患った実体験はインパクトのある内容でした。最後のパートとして近藤医院 佐藤 晴美先生に「シックデイ、どう過ごす？～コロナ3回目の冬～」として、シックデイの際の療養、薬剤服用、その他の注意点を講演いただきました。

今回は、東京医科大学八王子医療センター 大野 敦先生、近藤医院 吉田 敦行先生に司会進行いただき、医師、健康運動指導士、看護師、患者様にそれぞれのお立場からコロナに関する話題をご講演いただきました。近年、東糖協ブロック糖尿病教室への参加が減少しておりますが、Zoomのようなリモートで運営することにより参加者が増えたことは、今後の開催の参考になったと考えます。



第59回日本糖尿病学会関東甲信越地方会

令和4年1月22日(土)

Web開催

東京都立多摩総合医療センター
遠藤 徳人 [医師]

はじめまして。東京都立多摩総合医療センター 内分泌代謝内科の遠藤 徳人と申します。2022年1月22日に開催された第59回日本糖尿病学会関東甲信越地方会に参加しました。神奈川県横浜市のパシフィコ横浜で開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症、第6波の影響で昨年に引き続き完全なWeb開催のみとなりました。

今回の学会では新型コロナウイルス感染症のセッションが設けられ、多くの症例報告がありました。糖尿病は新型コロナウイルス感染症の重症化リスク因子であり、糖尿病を合併し重症化した症例や感染に糖尿病ケトアシドーシスを合併した症例の発表がありました。新型コロナウイルス感染症の感染を契機に糖尿病の療養に対する意識が改善した症例もあり、興味深いものでした。また、コロナ禍における在宅時間増加が間食増加、運動量減少につながり血糖コントロールが悪化した症例もあり、新型コロナウイルス感染症の多面的な影響を再確認しました。

今回の学会で、私は「ステロイドを使用し、インスリン治療を必要としたCOVID-19罹患妊婦10例の臨床的特徴」という演題を発表しました。新型コロナウイルス感染症に罹患した妊婦にステロイドを使用し、血糖上昇をきたしたためインスリンを使用した10例についてまとめました。高齢、妊娠後期、基礎疾患を有する妊婦では新型コロナウイルス感染症の重症化に伴い、ステロイド使用、インスリン治療を必要とする可能性があるということについてお話ししました。同じセッションでは他の病院からも同様に新型コロナウイルス感染症に罹患した妊婦に対しステロイドを使用し、インスリン治療を行った症例の報告がありました。他の施設での対応について学ぶことができ、とても有意義なセッションとなりました。

また、免疫チェックポイント阻害薬による糖尿病発症の症例が多く報告されました。その中でも東京医科大学病院・糖尿病内分泌内科の原 菜津子先生が発表された免疫チェックポイント阻害薬によるインスリン依存性糖尿病のcase series studyが印象に残りました。東京医科大学病院で経験された5例について次世代シーケンサーによるHLAタイピングを行い、HLA-B61が既存の日本人のHLAと比較して優位に多いという結果でした。HLA-B61は以前より日本人1型糖尿病患者に優位に多いとされておりHLA-B61が免疫チェックポイント阻害薬によるインスリン依存性糖尿病発症の予測因子になる可能性があるとして発表されました。非常に興味深い内容であり、今後、症例数を増やして解析を行うとのことでありとても楽しみです。

今回はオンライン開催となりましたが、多くの講演を楽しむことができました。現在、当院でも新型コロナウイルス感染症の患者の受け入れが増加しています。来年には新型コロナウイルス感染症の流行も落ち着き、現地開催できることを願うばかりです。

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: × 運動負荷試験は労作時狭心症の診断、心機能の重症度判定、運動耐容能の評価などを目的として、合併症の存在が疑われたり合併症を有したりする場合に必要であるため、全例に行う必要性はない。
- 2: × 顕性腎症期(第3期)以降で、運動の程度を調整する必要がある。
- 3: ○ 急性期以降でもADL維持のための運動処方と安全管理が必要。
- 4: ○ 設問文の状態はインスリン分泌・作用不全の状態が疑われ、骨格筋への糖取り込み作用が不十分な状態での運動は高血糖を引き起こす可能性があるため、運動は控えることが望ましい。
- 5: × 運動のみならず、日常生活における身体活動量の評価も必要である。質問紙、歩数計、加速度計付歩数計などを用いて評価するべきである。

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にお電話くださいようお願いいたします。

《年会費納入をされていない方はお急ぎください》

2022年度年会費は、ご自身のマイページ「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、3月31日(木)までにご納入をお願いいたします。

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

◆ 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 第72回例会

申込必要

テーマ：『患者さんとの関わりを考えてみよう～糖尿病医療学ことはじめ～』

開催日：2022年3月2日(水) 19:20~21:00

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：当法人会員 無料 / 一般 2,000円

申込：当法人ホームページの「セミナー・イベント情報」よりお申し込みください(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

☆日糖協療養指導医取得のための講習会

参加費
無料

オン
ライン

◆ 糖尿病災害対策委員会 第9回医療者向けセミナー

申込必要

テーマ：『災害に備える為にPostコロナに向けた糖尿病の療養指導～コロナ禍から何を学ぶか～』

開催日：2022年3月10日(木) 19:20~21:00

参加方法：Zoomにて開催いたします

申込：当法人ホームページの「セミナー・イベント情報」よりお申し込みください(3/10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：4単位

参加費
無料

オン
ライン

◆ 第10回 薬剤師糖尿病指導研究会

申込必要

テーマ：『糖尿病治療薬～知っておきたい服薬指導と最新のエビデンス～』

開催日：2022年3月19日(土) 15:00~17:30

参加方法：Microsoft Teamsにて開催いたします

申込：セミナープログラムに掲載のURLよりお申し込みください(3/14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：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

参加費
無料

オン
ライン

◆ 2022年度 西東京糖尿病療養指導プログラム(CDEJ1群)

申込必要

第18回 西東京教育看護研修会

第6回 西東京臨床検査研修会

第18回 西東京病態栄養研修会

第6回 西東京運動療法研修会

第18回 西東京薬剤師研修会

開催日：2022年7月10日(日) 9:40~16:35

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：早割[申込開始~5/15] 6,000円 / 通常[5/16~6/30] 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

「2022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。(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：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1群>：申請中 他

オン
ライン

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



北京冬季オリンピック真つ只中!! となりたところであるが、個人的には何故か今一つ盛り上がれない。前回編集後記を担当させていただいた時は、東京オリンピック前であった。世界がコロナ禍と闘っている現状はあまり変わらない様にも見える。ウィルスと人間の闘いの歴史は繰り返す。しかし、遠くない未来、我々がこの闘いに勝利する日信じ、一歩ずつ前に進んで行こう。(広報委員 川越 宣明)