



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



療養指導での新たな気づき
(透析患者から学んだこと)

〔当法人評議員〕

青梅市立総合病院

指田 麻未 [薬剤師]

私は入職時より病院薬剤師として服薬指導やSMBG・インスリンの手技指導、糖尿病教室などで療養指導に携わってきました。2018年に、腎臓内科病棟への配属が決まり、今まではほとんど接することがなかった、維持透析中の患者や透析導入予定の患者と接する機会を持つことができました。透析を『予防する』ための指導は今までも繰り返し行っていましたが、透析を『導入』することになってしまった患者に対して、どう接していけばいいのだろうか？現状を受け入れられず落ち込んでいるのではないかと？など配属当初は患者との接し方にとっても不安を感じていました。

そんな私でしたが、病棟での業務を通して、透析を導入するにはシャント造設などの準備が必要であること、シャント閉塞などのトラブルを起こさずに、透析を継続するためには医師をはじめ、看護師や薬剤師、管理栄養士などの医療スタッフの支援が不可欠であること、など様々な内容を学ぶことができ、徐々に自信を持って指導を行うことができるようになってきました。指導に慣れてくると、糖尿病腎症から透析導入という経過を見て、内服のコンプライアンスが悪く、食事療法、運動療法を守ってこなかったのではないかと、良くない印象を患者に対して抱いてしまっていたので、気をつけて指導を行うようにしました。

3年程度の短い期間でしたが、病棟での業務を通して、透析予防に対する取り組みの重要性を改めて理解することができました。また、保存期から透析導入、また透析導入後においても患者に寄り添うことが必要だという事も実感しました。透析などの合併症と向き合いながらも治療を継続している患者に対して、より質の高い療養指導を実施できるよう今後も継続して学んでいきたいと思えます。

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 ●次の文章を読んで以下の質問に答えてください。

65歳、女性。155cm、70 kg。10年前に2型糖尿病とされ、メトホルミンとシタグリブチンを服用している。最近HbA1c 8%台が続いているため、主治医から食事療法について再指導の依頼があり、栄養相談を受診した。一通り相談を終えたところで、患者から以下のような発言があった。

「よく分かりました。コロナ禍になってから家にいる時間が多くなって、つついとお菓子や果物を食べるようになってしまったのよね。またがんばります(笑顔)。(少し間があり、表情がやや暗くなって)でも、本当に嫌な病気ね、糖尿病って……」

患者の感情に配慮した対応として誤っているのはどれか、2つ選べ。

1. 「嫌な病気？」(患者の言葉を繰り返す)
2. 沈黙して患者の次の言葉を待つ
3. 「でも、がんばればその分よくなる病気ですよ。一緒にがんばりましょう」
4. 「もう少し詳しく聞いてもいいですか？」
5. 「わかります。糖尿病のことを好きな人なんていませんよ」





第65回日本糖尿病学会年次学術集会

令和4年5月12日(木)～14日(土)

神戸会場／ライブ配信

[当法人会員]

日野市立病院

江島 姿子 [薬剤師]

第65回日本糖尿病学会年次学術集会が5月12日～14日兵庫県神戸市で開催されました。今回はハイブリッド開催ということで、オンラインと現地での参加が可能となっていました。私はポスター発表の演者として現地で参加しました。当院からは一人での学会参加だったので緊張しましたが、久しぶりに西東京で活躍されている先生方のお顔を直接見ることができ、緊張がほぐれました。

さて、今回の私の発表ですが、タイトルは「プラスチックごみへの医療ごみ混入ゼロと針刺し事故ゼロについて」でした。みなさんは日々の療養指導で、針やデバイスの廃棄方法については患者様によくお話をしていると思いますが、患者様が針やデバイスを捨てた後のことについてはあるでしょうか。お恥ずかしながら私は今回の発表まで深く考えたことがありませんでした。ですが、今回発表した内容はみなさんと改めて考えていきたいと思う内容だったと思うので、この場をお借りして紹介したいと思います。



【学会で報告した内容】

- 日野市では2020年1月からプラスチック類ごみの分別・収集が実施され、主にプラスチック製容器を回収対象としております。しかし、本来可燃ごみや医療機関で捨てるべき医療ごみの混入が頻発していました。また、ごみの中に鋭利な素材が含まれている医療ごみが混じっていると、手作業となるごみの最終選別において、作業スタッフの事故につながるおそれがあり、実際に、2021年9月に作業スタッフがインスリン用針で手を刺してしまう事故が発生しました。そこで市と連携して現状把握と啓蒙活動を行うことになりました。
- まずは現状の把握を行いました。その結果、針をつけたままのインスリンキット製剤やインスリン注射用針が大量に入ったペットボトル、採血用スピッツ、吸入器などがプラスチック類ごみに混入していることが分かりました。
- 現状把握の結果を踏まえ、市と協議を重ね、医師会・歯科医師会・薬剤師会・柔道整復師会・獣医師会などへは案内を配布し、医療ごみの分別徹底についてお願いしました。また、患者様にはごみの分別の指導を行いました。
- 啓蒙活動の結果、プラスチック類ごみへの医療ごみの混入数は6割まで減少しました。また、作業スタッフによる針刺し事故は発生していません。



- 問題点としては、プラマークの表示されている医薬品の容器について、全てプラスチック分別で対応可能か不透明なこと、日野市ほか近隣地域では糖尿病治療薬キット製剤などのプラスチック分別を受け付けていないことが考えられ、今後は日本全域でプラスチック分別に対する医薬品容器の扱いを統一することが望ましいと考えています。

発表後にはペットボトルから針が貫通しているものを渡されて医療者がヒヤッとしたこと、こんなに医療ゴミが混入しているのかと驚きの声もいただきました。日野市以外でも困っている方がいることがわかり、啓蒙活動継続の必要性を感じました。改めて今回発表した内容について、みなさんに知っていただくことが重要だと感じました。来年も今年のように日本糖尿病学会年次学術集会がハイブリッドでも対面でも開催できますように願っております。

第65回日本糖尿病学会年次学術集会が2022年5月12日～14日にかけて神戸でハイブリッド開催され参加しました。COVID-19の影響で去年はWeb開催でしたが今年は現地開催も行われwithコロナとしての開催形式に向け少しずつ変化しているように感じました。後日にオンデマンド配信もあり見逃した発表やもう一度聞きたい発表を再度見ることができ学習するにはとても良い環境だと思います。

さて、私はシンポジウム「骨格筋・脳機能研究の最新知見～運動療法の新しい展開～」を聴講し興味深いと思った内容をご紹介します。1つ目は「正常体重代謝的肥満」といい、アジア人は肥満でなくても代謝性疾患になりやすく、太っていないがメタボリックシンドロームのリスクファクターが一つでもあると筋肉の質(インスリン感受性)が低下することやサルコペニアのリスクが高くなります。さらにこの正常体重代謝的肥満のなかで特に「若年の痩せた女性のリスク」についてお話されていました。この若い痩せた女性で耐糖能異常があるとインスリン分泌の低下、インスリン抵抗性が高くなり血中遊離脂肪酸濃度が高い状態であることがわかり、肥満と同じような特徴があります。低体重＝代謝機能は問題ないという認識が間違いということを学ぶことができ、理学療法士として耐糖能異常のある痩せた方への運動指導は今後の課題となると思いました。

2つ目は「最新型次世代モーションキャプチャーシステムe-skinMEVAを基盤としたライフログシステム」といい布に電子基盤が埋め込まれた上下のスパッツで活動量を詳細に評価できるものでした。日常生活での小さな運動など全ての身体活動とその運動負荷を捉えることができ、洗濯可能で普段の服と同じ着心地で着ることができます。

現在の身体活動量の測定は万歩計や腕時計型の活動量計で測定するのが一般的ですが座っていても立っていても測定値は同じであり、正確に測定するには呼気ガス分析装置を装着したまま日常生活を送らねばならず非現実的です。この製品は高精度で酸素消費摂取量も推定することができ、運動負荷設定も個別性が一段と高くなり、可視化できることで患者さんのアドヒアランスが向上しやすくなると思います。現在は1着でかなりの高額ということですが将来はコスト的にもかなり抑えられるのではないかとお話されていました。運動療法の新たな1ページが開かれたような気持ちになり将来的な普及がとても待ち遠しいです。

最後にCOVID-19が拡大する以前の学術集会では全国の糖尿病治療に関わる医療従事者が一つの都市に集まり顔を合わせ情報交換・交流を行う良い機会でもありました。会場の活気や街の雰囲気を再度味わいたいと思う今日この頃であります。



読んで
単位を
獲得しよう

答え 3, 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

血糖コントロールは良好と言えず、糖尿病治療上、心理問題に配慮すべき状況である。患者の心理・行動面を的確に把握し、助言を行うためには信頼関係に基づいた円滑なコミュニケーションが不可欠である。まず患者の状況を知り、理解し、医療者に「伝わった」「分かってもらえた」と感じられるよう関わる。

1. ○ 患者の言葉を繰り返すことにより相手を是認できている。
2. ○ 患者の話を聴くという姿勢をとれている。
3. × 患者の発言を否定しており、医療者の意見を押しつけてしまっている。
4. ○ 「あなたのことを知りたい」「教えてほしい」という姿勢を表現することができている。
5. × 共感的態度は良いが、患者の話を引き出せていない。

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23回 西東京糖尿病療養指導士養成講座

 申込必要

日程： 8月 ⇒ 29日(月)
 9月 ⇒ 9日(金) 15日(木) 30日(金)
 10月 ⇒ 5日(水) 11日(火) 20日(木) 25日(火) 31日(月)
 11月 ⇒ 10日(木) 18日(金) 22日(火) 30日(水)
 12月 ⇒ 8日(木)
 予備日 ⇒ 12月12日(月) ※休講等、不測の事態に備えた補講日

時間：19:00～20:30

参加方法：Zoomにて開催いたします

受講料：12,000円(全14回講義分として) ※会員価格となります

定員：250名

テキスト：「糖尿病療養指導ガイドブック 2022」

(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3,465円)

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、以下のページにてご案内いたします

 オンライン

[トップページ](#) > [「重要なお知らせ」](#) > [「第23回西東京糖尿病療養指導士養成講座のご案内」](#)

西東京糖尿病療養指導士・認定試験実施日：2023年2月12日(日) 予定

 第21回糖尿病予防講演会

 申込不要

テーマ：『病気に負けない！健康な体づくりのための食事と運動』

開催日：2022年9月3日(土) 14:00～17:25

場所：武蔵野公会堂・ホール (JR中央線「吉祥寺駅」下車 徒歩2分)

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

☆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

 糖尿病災害対策委員会 第9回患者さん向けセミナー

 申込不要

テーマ：『「1型糖尿病患者さんの為の災害対策」～災害時生き抜くための知恵と対策を学ぼう～』

開催日：2022年9月5日(日) 19:00～20:30

参加方法：Zoomにて開催いたします

※当日はセミナープログラムに掲載のQRコードよりご参加ください

 参加費
 無料

 オンライン

 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 第73回例会

 申込必要

テーマ：『患者さんの思いを尊重する糖尿病診療』

開催日：2022年9月8日(木) 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 (9/8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

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



今年には日本糖尿病学会年次学術集会在現地+オンラインのハイブリッド開催となり、3年振りに現地の神戸で参加してきました。ゆかりのある先生との交流や間近での

聴講は、オンラインでは味わえない貴重な時間となり充実した3日間を過ごすことができました。来年は鹿児島開催です。遠方ですが、また皆様と情報交換できる日を楽しみにしたいです。(広報委員 長谷部 翼)

