



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



地域の底力

[当法人理事]

多摩北部医療センター

藤田 寛子 [医師]

「こちらでは1から始めないといけないのです。先生達の地域は本当に羨ましいですよ。」…先日、臨床にご尽力くださっている江戸川区のご高名な医師から、このようなお言葉をいただきました。この地域に根付いている糖尿病診療に対する姿勢…患者一人一人に向き合い傾聴し、支え、各部署の医療関係者がそれぞれ力を出し合って、自分達や患者の知識を増やしスキルを上げて、互いの笑顔を増やしてゆくculture*…ここにいたからこそ、当たり前のように、その活動や認識を共有できていたことに改めて気づかせていただいた、貴重な一言でした。（*culture: 教養・洗練、精神文化、培養・栽培、修養など…培い耕して築かれる意味合いが、個人的には好きです。）

今、糖尿病診療の世界は、機器の進歩により、一部限定があるものの血糖プロファイルが採血なしで見える化できるようになり、また、有用な薬剤も多数揃い、40年前に比べたら格段に良い血糖コントロールが実現可能で、また良好な予後を目指すことができるようになってきています。そして、臨床糖尿病支援ネットワークは、これらの進歩を先陣をきって取り入れ、勉強会や研究会で頻回に取り上げ、地域に普及するようにと、日々の活動を続けてきました。正直、企画が多すぎるのではないかと？演者・担当者は負担ではないかと？なども懸念されるほど目白押しの状態でしたが、みんなでちょっとずつ各自できる範囲で時間を作って力を尽くし、地道な活動が積み重ねられました。これには、故近藤 甲斐夫先生や前代表理事の貴田岡 正史先生をはじめとする先駆者の方々のご尽力と、賛同し協力した多くの皆様の並々ならぬ熱意があったと思います。もちろん「義理と人情」もあったことでしょう。ちょっと大変だけども〇〇先生に頼まれたら嫌と言えない…〇〇先生のところ今大変だよ、こっちは大変だけど、いつも助けてもらっているから、大事なことだし、ここはひとつ引き受けましょう！ Etc…これもとても大切です。Sympathy*は、人間の活動の大きな原動力の一つです。（*sympathy: シンパシー・共感・同感・共鳴・人情など…個人的には「思いやり」と、使わせていただいていることが多いです。）

論理的、科学的に正しくても、人を動かすにはそれだけでは成り立たない…。ん？これって日々私たちが直面していることと同じでは？患者さんにどうすれば、より良い生活習慣への改善について振り向いていただけるか？どうすれば実際に行動に移していただけるのか…そこに至るときに必要なことと根は同じですよ。

地球温暖化で災害は絶えず、コロナ禍で生活環境も激変し、並行してウクライナなどで展開されている悲劇的戦禍や連日の北朝鮮による弾道ミサイルの発射、COVID19対策による種々の制限、急速に進む円安などなど、市民の生活は経済的にも決して豊かとは言えず…。理不尽なことが次々と起こり人災・天災つづきで、将にカオスのような状況ですが、改めて糖尿病診療に焦点をあてて拝見すると、この地域に根付いている総合力の高さと人情の深さは、本当に有難いことだと思います。多職種にわたりその高さが培われ維持されてきたことが、とてつもない大きな力として、この地にあるのです。

子供たちは今、どのような教育をうけ、心を育てているのでしょうか？IT化が進み、Z世代といわれる方々が社会の中核に入ってくる時代になりました。協力の在り方も変わってゆくでしょう。実際、COVID19の感染拡大は、テレワークなどの新しい形態を半ば強制的に普及させました。東京一極集中を避けようと何十年にもわたって試みてきてできなかったのに、わずか2~3年で、首都圏にいなくても仕事ができるという認識が形成され地域への移住行動が進みました。一方で、働き方改革に逆行するように、時間制限のない自宅でのかくれ深夜労働が、働く世代の健康をむしばんでいる可能性も懸念されています。

新代表理事をはじめ、新しい幹部は、熱意も行動力も本当にすばらしい方々です。これまでも、何度彼らに助けていただき、お世話になってきたことでしょう。我々は、いずれ、いつか土に戻ります。しかし、この地で耕され培われたcultureは根付き、残り、進化してゆきます。これからの時代、けっしてバラ色とは予想できませんが、新しい力が、一人一人の力を結集し、人類の未来を照らしてくれるでしょう。どうか、Next Stageに入った、皆さまのそして私たちの臨床糖尿病支援ネットワークが、これからも温かく発展してゆきますように。

報告

第7回糖尿病フットケアセミナー IN 多摩

日時: 令和4年8月6日(土)
オンライン

令和4年8月6日(土) 15:00よりオンライン配信にて『第7回糖尿病フットケアセミナーIN多摩』が、代表世話人のイムス三芳総合病院 貴田岡 正史先生の開会の挨拶により開催されました。総司会は、杏林大学医学部付属病院 大浦 紀彦先生で、フットケアに従事するすべての医療者に向け第1部『教育講演』第2部『事例提示』の2部構成というご説明が加えられました。

第1部『教育講演』は、TOWN訪問診療所 木下 幹雄先生により『在宅におけるフットケア診療』と題して講演を賜りました。木下先生は、在宅における創傷治療をご専門とする数少ない訪問診療医として、日常診療に奔走しておられます。通院困難患者や術後早期痰飲患者などを診察し、OPEが必要な患者も早期に高度な創傷ケアを行うことが可能な訪問診療システムを構築しております。また、褥瘡・フットケアについて分かりやすく解説している独自のYouTubeチャンネルも運営しております。

第2部『事例提示』は、杏林大学医学部付属病院 糖尿病看護認定看護師 下田 ゆかり先生より『糖尿病患者のフットケア一足のトラブルを悪化させないためにー』と題して講演を賜りました。看護師の立場からとくに糖尿病患者の足病変のアセスメントを中心に、身体状況の把握を心掛けておられます。またフットケアの目的として、治療に対する自己管理行動を促すことや、セルフケアが継続的に実施できるようサポートすることなどが挙げられます。

最後に、杏林大学医学部付属病院 大浦 紀彦先生より閉会の挨拶をいただき閉会いたしました。糖尿病患者のフットケアについては、医療者それぞれの役割の下、職種間での連携が非常に重要であることを視聴者全員で認識する場となればとのお言葉で締められました。

本会は第3部『実演実技』を行う予定でしたが、感染状況を踏まえ座学のみでの開催となりました。40名弱の方々に視聴いただき大変有意義な会となりました。

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 ● 次の文章を読んで以下の質問に答えてください。

40歳、男性、独身。強い倦怠感と口渇・多尿にて来院し、糖尿病ケトアシドーシスと診断。トラック運転手でコンビニ弁当や外食が多い。勤務時間が不規則で力仕事もあるため、食べたいときに食べられるものを好きなだけ摂取していた。これまで健診で糖尿病の指摘は無く、ダイエットを勧められていたが取り組む意欲はなかった。緊急入院となり強化インスリン療法開始。注射手技獲得はスムーズに進んでいるが、注射時は暗い表情をしている。

【身体所見】身長176cm、体重126kg。血圧145/86mmHg、脈拍78回/分

【検査所見】随時血糖値436mg/dL、HbA1c 13.4%、尿糖(3+)、尿蛋白(-)、尿ケトン体(3+)

【合併症】神経障害なし、網膜症なし、腎症1期

【嗜好】喫煙40本/日、飲酒は機会飲酒1~2回/月

この患者への支援・アセスメントとして誤っているのはどれか、2つ選べ。

1. 「糖尿病に対して、どんなイメージや思いがありますか」と聞いてみる
2. 糖尿病の酷い合併症症例の情報をいくつも提供する
3. 退院後にどんなことができそうか、日常生活を振り返りながら一緒に考える
4. インスリン自己注射手技の獲得と、糖尿病の受け入れは必ずしも一致しない
5. 「目標体重の68kgまで、あと58kgダイエットしましょう」と目標を提案する



第27回日本糖尿病教育・看護学会学術集会

令和4年9月17日(土)～18日(日)

大阪国際会議場 / Web配信

[当法人会員]

八王子糖尿病内科クリニック

臼井 直子 [看護師]

日本糖尿病看護学術集会は、新型コロナの影響で一昨年、去年とWeb開催でしたが、今年は9月17日(土)～18日(日)初のハイブリッド方式で大阪にて開催されました。今年のテーマは「VUCAの時代に改めて問う セルフケア支援」です。私は今回Webで参加し、まず「VUCA」の意味を理解することから始めました。

「VUCA」とは、「ブーカ」と読み「先行きが不透明で将来の予測が困難な状態」を表し、以下に示す予測困難な要因4つの言葉の頭文字をつなぎ合わせた造語であるということが解りました。元々は1990年代の米ソ冷戦時代に用いられていた軍事用語で、2010年代の変化が激しい世界情勢を表す言葉としてビジネスの世界にも引用されたそうです。

V Volatility・・・変動性 U Uncertainty・・・不確実性
C Complexity・・・複雑性 A Ambiguity・・・曖昧性

予測困難で曖昧な時代？そう言われてみれば…新型コロナの流行、ロシアのウクライナ侵攻による経済変動、地球温暖化による気候変動や異常気象など、私達は様々な困難と向き合っており、今まさしく「VUCA」の時代に生きているのでしょう。新型コロナによって、糖尿病患者さんは糖尿病だけを意識して生活することが以前より困難な状況にあり、先生方も日常診療の変化を求められました。

私が今回拝聴し印象に残ったのは、特別講演をされた数馬 恵子先生の言葉の数々です。「今までも人類は様々な困難に合いつつも、乗り越えてきた経緯がある」という感染症と歴史を振り返って仰った言葉と、温故知新「古き時代に経験したことをもう一度見つめなおすことの必要性」を問っていたことでした。長年慢性看護に携わってきた先生は、糖尿病治療の歴史が医療法に則って医療保険制度、診療報酬制度の整備がされ、1981年自己注射指導料、1992年に在宅自己注射指導管理料が、患者のQOLの向上目的に制定された経緯をご説明していました。また、患者と向き合うということは、患者と相対するではなく、患者が抱えている困難や課題に一諸に向き合うことであり、その関心や気がかりを探ることが大切であると仰っていました。そして、性急にはっきりさせようとするのではなく、患者の心情に添って見守る看護行為が大事であると。

私は約20年、故植木 彬夫先生の診療につかせていただきました。今考えると恐らく押しつけがましい指導をしていた私に先生がよく仰っていた言葉があります。「患者さんは糖尿病のためだけに生きているわけではないからね、できないことを要求するばかりではだめだよ」「こちらが言ったことで少しでも患者さんが変わることがあったらそれは上手くいって証拠。患者さんの変化を待つことも大事だよ」。

患者さんのセルフケア支援については、看護師それぞれの言葉や表現があるかと思います。今回の講演で拝聴した内容と植木先生の言葉を思い出し、私は特に2つのことを改めて大切にしたいと考えています。①専門的な知識と技術を携え患者さんにそれらを正確に伝えること、②血糖マネジメントするだけではなく、糖尿病とともにその人らしく生きることができるよう、患者さんを長く支えていくことです。皆さんはセルフケア支援と聞き、何を思いうろ表現するでしょうか？

読んで
単位を
獲得しよう

答え 2, 5 下記の解説をよく読みましょう。

(問題は2ページにあります。)

解説 1.○ 糖尿病と診断された患者の心理は個々に異なるため、今の思いを聞き患者の心理状態に応じたアプローチが必要。

2.× 初めて診断された患者に合併症の正しい情報を伝えることは大切だが、どの程度受け入れられているか不明な段階で、初めから酷い合併症症例ばかりを提供することは、患者の恐怖心をあおり、今後の治療に悪影響を及ぼす可能性もある。

3.○ 患者本人が実行可能なことを共に考え、医療者からの一方的な押し付けにならないように配慮する。

4.○ 注射手技の獲得はスムーズだがその表情は暗い、と記載がある。患者の様子に気を配り、その心理状態に留意する必要がある。

5.× 体重は最終目標だけでなく当面の目標を立て、具体的に減量計画を設定する。患者本人が実行可能なことを共に考えながら、まずは3%の体重減量を目指し、極端な食事制限などを行わないよう、ゆっくり確実に減量できるよう指導する。

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付けております。ご返答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。

《 1月より、2023年度年会費納入が始まります 》

2023年度の年会費納入が、1月10日(火)より可能となります。
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(金)までにご納入をお願いします。

*** 2023年度年会費 ***

納入期間

2023年1月10日(火)~3月31日(金)

金 額

5,000円

納入方法

マイページ「年会費納入のお願い」より



お悩み解決

《マイページ Q&A》

『会員ID=メールアドレス』です



Q. 会員IDってなんですか？

A. 会員IDとは、当法人に登録されているメールアドレスです。マイページにログインする場合は、ホームページのログインボックスに会員IDとパスワードを入力し、マイページトップをクリックしてください。パスワードはマイページでお好きな英数字に設定できますので、定期的に変更するなどして、より安全にマイページをご利用ください。

Q. IDが今は使っていないメールアドレスの場合、どうしたらいいですか？

A. 登録されているメールアドレスが現在使用されていないものだった場合も、まずは、その登録されているメールアドレスを「会員ID」として、ログインしてください。その上で、登録されているメールアドレスをマイページの「会員情報の確認・変更」で変更してください。変更後は新しいメールアドレスが「会員ID」となりますので、忘れないようにお控えください。



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



新型コロナ第8波が到来した今日。長期流行による運動不足は、子どもの“動作時のバランス能力低下”にも影響を与えたことが明らかとなりました。先日当院では患者さんへの健康障害が悪化しないことを願い、オンライン糖尿病教室を初開催致しました。Zoom下でも室内運動療法の提案は好評で、変異が続くコロナウイルス同様療養支援も日々進化させねばと再認識しました。(広報委員 久保 麻衣子)