



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

糖尿病診療を通じて学んだこと

〔当法人評議員〕

医)誠杏堂 熊倉医院

熊倉 淳 [医師]

医師になり2年目に八王子医療センターで故植木 彬夫先生、大野 敦先生の下で糖尿病診療、チーム医療について教えていただきました。回診では薬剤師、栄養士、看護師とともにベッドサイドに行き患者さんの話を聞き、今後の治療の方向性を共有するなどが行われました。その頃は植木隊長がボーリングに嵌まっていたため、医療スタッフ、MRさんたちと夜遅くまで球を投げ続けました。テニスやスキーの合宿もありスタッフとのコミュニケーションについて学びました。

8年目は新潟県長岡市の立川総合病院で一人医長として勤務しました。新潟中越地震の翌年であり、生活が安定せず経済的な理由で治療が続けられない方もいて、治療費について考えるようになりました。外来で食事、運動について聞くと、春には山菜採り、秋にはキノコ採りのために山に行く患者さんが多く、一緒に連れて行ってもらい食べ方を含め教えてもらいました。また長岡中央病院の八幡 和明先生に地域における病診連携の重要性を教えていただき、一緒に糖尿病劇場などを行いました。

15年目は横浜のHECサイエンスクリニックで平尾 紘一先生、調 進一郎先生の下で勤務しました。サイエンスクリニックはスタッフに1型糖尿病の方が多くいて、1型糖尿病診療で困ったことがあればスタッフの経験などを聞いてすぐに患者さんに還元でき、1型糖尿病診療について多く学びました。また患者会で旅行する企画も多くありました。お酒も入るので、患者さんも普段の外来では言わないような悩みを打ち明けてくれて、今でいうスティグマについて考えさせられました。“1型糖尿病があり海外旅行は不安だから行けない人を医療者と一緒に海外へ行こう”ツアーでは、ドバイに行かせてもらい観光を楽しみました。時差のある旅行の際インスリンをどのタイミングで打つか、外食の時のインスリンの調整をどうするのかを患者さんとともに考えました。また外来でコントロール良好といつも言っていた方が、低血糖でみるみる具合が悪くなり倒れてしまった時は、低血糖だとわかっていても焦りました。低血糖の危険性について身をもって経験しました。

17年目に東村山で開業しました。最近では運動療法で自転車に乗っている方に勧められて自転車を購入しました。アドバイスを受けながら先日は新潟まで自転車で行ってきました。糖尿病診療を通じて患者さんからいろいろ教えてもらい学ぶことができました。糖尿病診療って楽しい！！

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、一部改変しております。)

問題 ● 次の文章を読んで以下の質問に教えてください。

60歳、男性。タクシー運転手。罹病歴15年の2型糖尿病。DPP-4阻害薬が処方されているが内服忘れが多かった。通院も不定期でHbA1c 8%台で推移。ここ数年で足の冷えを自覚することが多くなった。1年前から15分以上歩くと下肢に痛みを感じるようになり、少し休むと治まっていたのが、最近は安静にしているでも痛みを感じるようになった。

身体所見：身長 165cm、体重 76kg、血圧 146/94mmHg、脈拍 76拍/分(整)

検査所見：空腹時血糖値 176mg/dL、HbA1c 8.3%、総コレステロール 210mg/dL、HDLコレステロール 34mg/dL、空腹時中性脂肪 180mg/dL

この患者に対するアセスメントとして正しいのはどれか、2つ選べ。

1. フォンテイン分類 III度に相当する
2. LDL コレステロール値は適正である
3. 足趾上腕血圧比(TBI)は推奨されない
4. 水分摂取を控えた方がよい
5. 下腿-上腕血圧比(ABI)は0.4以下である可能性が高い





第66回日本糖尿病学会年次学術集会

令和5年5月11日(木)～13日(土)

城山ホテル鹿児島 他

[当法人会員]

東京医科大学八王子医療センター

大友 舞 [臨床検査技師]

第66回 日本糖尿病学会年次学術集会在5月11日～5月13日に『糖尿病学維新～つなぐ医療 拓く未来～』というテーマでハイブリッド開催されました。鹿児島の会場は3か所に分かれ移動はやや大変でしたが、始めの2日間は天気にも恵まれ海外からの参加者もあり、とても盛り上がっていました。検査に関する発表は決して多くはありませんが、その中で臨床検査技師にできることは何か？を考えながら学会に参加しました。

検査の分野ではCGMについての演題が多く
①CGM使用による血糖コントロールの改善
②CGM使用患者に対する満足度調査③何を基準にCGMを選択しているか等のアンケート調査が印象に残りました。

①の血糖コントロールの改善についてはCGMの使用により血糖変動が“見える化”され、患者の療養行動の変化につながると報告されていました。一方でisCGM使用患者において目的なくスキャンする患者の7割以上がTIR70%未達成であったという報告がありました。またCGMを使用しているにもかかわらずスキャン回数が少なかったりSMBGを使用しなくなってしまう患者もいるという問題点が挙げられていました。②の満足度調査では『気軽に血糖測定ができる』というプラス面と『経済的不安』『皮膚トラブル』などのマイナス面がありました。③CGMの選択基準ではスキャン機能の簡便性や精度とアラート機能の有用性がありました。しかし、使用する患者の状況によっては『スキャンできない・アラートの音が困る』などデメリットになってしまうこともあります。

共通して感じたことは『ただCGMを使用してもらおう』ではなく『どうCGMを使用してもらおう』かだと思います。目的を持ってCGMを活用する重要性やCGMの正しい情報を伝えることは検査技師にできることだと思います。また、なぜ血糖コントロールが上手くいかないのか？患者は今何を不安に思っているのか？一緒に考え寄り添って支援していくことが大事だと感じました。

次に興味深かった内容は、口演100/臨床検査3『FreeStyleリブレにおける体温および外気温の影響』です。グルコース溶液にリブレセンサーを浸し恒温槽に入れ恒温槽の温度を変化させたり、リブレセンサーにお水やお湯を入れた袋を接地させ体温や外気温の変化を再現してデータを取集していました。検査技師心をくすぐる内容であり、体温の設定に対して議論になり盛り上がっていました。グルコース濃度の種類を増やして自施設でも試してみたいと思う口演でした。

そして現地参加ならではの企業展示も見学してきました。感じたことは当たり前ですがデジタル化の波がすごい！でした。スマートフォンのアプリを使いCGMとの連携やインスリン記録、服薬記録、食事記録、体重/BMI記録、歩数/運動記録など様々なデータを一括管理できるようになっています。特定のものですがインスリン投与データが自動で送信されたりもします。また医療機関クラウド連携やPDF出力・Excel出力ができるなど医療従事者にとってもありがたい機能が多くありました。医療機関との連携にはセキュリティ面など課題はあると思いますが、記録が簡単で患者自身で振り返ることができるのでモチベーションアップにつながる可能性を感じました。

学会に参加し、色々な口演を聴きましたが、相手のことを考え一緒に答えを探す難しさと大切さを感じました。この気持ちを忘れず療養指導に励む！と思った3日間でした。



報告

第11回薬剤師糖尿病指導研究会

日時:令和5年3月4日(土)
オンライン

[当法人監事] かの内科 菅野 一男 [医師]

第11回薬剤師糖尿病指導研究会を3月4日(土)にオンラインで開催しました。今回のテーマは「2型糖尿病の薬物療法のアルゴリズム」とし、82名の方にご参加いただきました。

第一部では「2型糖尿病治療薬の服薬指導について」と題し、北里大学北里研究所病院の井上 岳先生にご講演を賜りました。糖尿病薬物治療の考え方について、コントロール目標値は患者さん個人で変化し、高齢者では低血糖のリスクが高まるため下限値が定められており使用する薬剤に注意を払う点、糖尿病学会のrecommendationを中心に各薬剤を処方する際に注意すべき点をお示しいただきました。服薬指導については、糖尿病教室の際に実際に使っておられる資料を用いてご教示いただきました。各薬剤の作用機序やシックデイの対処法を患者さんに理解していただき、医療者と一緒に糖尿病治療を続けたいくなるよう工夫に富んだ内容でした。

第二部では「糖尿病の薬物療法～知っていききたい基本と最新トピックス～」と題し、東京医科大学 糖尿病・代謝・内分泌内科学分野 主任教授の鈴木 亮先生にご講演を賜りました。様々な疫学的なデータなどから、本邦における糖尿病患者さんの特徴や糖尿病治療薬の使用実態などをご教示いただきました。高齢者糖尿病患者さんが増加しており、脳・心血管イベント、加齢に伴う体組成の変化や薬物動態と薬力学の変化、高齢者に多い併存疾患とその対策など当地区も直面している高齢患者さんへの治療のヒントが多くあったように感じます。本会のテーマである「2型糖尿病の薬物療法のアルゴリズム」のセッションでは、薬剤選択をおこなう4つのStepについて詳細にご説明いただきました。Step2の病態に応じた薬剤選択では薬剤の作用機序を含む製剤特徴をお示しいただき、Step4のAdditional benefitsを考慮すべき併存疾患ではSGLT2阻害薬とGLP-1受容体作動薬のエビデンスとともになぜ推奨されているか教えていただきました。最後に「糖尿病治療は多職種連携と地域連携が大切」というメッセージもいただき、当会に参加いただいた多くの方にも響いたのではないのでしょうか。

報告

第51回東糖協多摩ブロック糖尿病教室

日時:令和5年3月11日(土)
オンライン

令和5年3月11日(土)14:00～16:00に「第51回東糖協多摩ブロック糖尿病教室/第27回西東京糖尿病患者会連合特別講演会」が開催されました。新型コロナウイルス感染拡大以降3年ぶりの開催となり、Zoomによる配信のみではございましたが、患者様・ご家族・医療従事者計76名の方にご参加いただきました。

ブロック糖尿病教室では「withコロナのおうちごはん」として緑風荘病院管理栄養士 藤原 恵子先生よりご講演いただきました。必要な栄養を摂り、偏食による低栄養や栄養不足を予防することが感染症の予防となることや、“糖質”を適量摂って楽しく身体を動かす『“適糖”生活』実践のポイントとして糖をゆっくりと消化吸収させることを解説いただきました。パラチノースや乳和食などをじょうずに取り入れ、無理なく楽しく続けることの大切さを共有いたしました。

特別講演では杏林大学医学部付属病院 糖尿病・内分泌・代謝内科 教授 安田 和基先生より『糖尿病と一病息災』として「糖尿病とは」の解説から、食事療法・運動療法・薬物療法・睡眠についてわかりやすくご講演いただきました。食事療法のパートでは、3つのコツ①「自分の食事を把握する」(自分に適切なカロリー、栄養のバランス)、②「長期戦で考える」(食事時間は規則正しく、どか食いを避ける、よく噛む、食べる順番を考える。これを続けることが必要)③「食を楽しむ」(塩分・アルコール・喫煙には気を付けながら、楽しみましょう)や、つい食べ過ぎてしまうのは理由があり、意志が弱いわけではなく、人間の本能や脳の影響が大きく関与していることなど、考え方の転換や、すぐに取り入れられるコツ等、多くの気づきをいただきました。

結びに「一病息災」と考えるコツとして、『糖尿病になっていなかったら「食事を気にしなかった。運動習慣は身につかなかった。健康について考えなかった。定期的な検診も受けなかった。」と前向きにとらえてほしい。糖尿病があるからこそ、健やかな人生を送れる。糖尿病を逆手にとって自分のからだをケアし、自分のことをよく知って、人生を楽しめるようになれば、むしろ「お得」だと考えてもらいたい。医療関係者はそれをお手伝いしていきます。』とのお言葉にて締めさせていただきました。

次回以降も参加者へ良い情報をお届けできる場となるよう工夫を凝らしてまいります。

報告

臨床糖尿病支援ネットワーク 第74回例会

日時: 令和5年3月13日(月)
オンライン

[当法人評議員] 中島内科クリニック 中島 泰 [医師]

令和5年3月13日(月)に第74回例会がオンラインで開催されました。テーマは「腎症再考:その腎臓を守るためにできること〜新ガイドラインと最新の知見から考える〜」とし、83名の方にご参加いただきました。

講演1では、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/講師の松下 隆哉先生に、「2型糖尿病の薬物療法のアルゴリズム」について概説いただきました。一般施設でのDPP-4iへの偏り、メトホルミンが十分活用されていない可能性などをご指摘され、非専門医でも使用しやすく、糖尿病治療の均てん化を目指したアルゴリズムとして期待したいとお話いただきました。海外のもの比べ、病態に合わせた治療薬選択が強調され、適切なインスリンの使用、治療の安全性に配慮した構成となっており、その上で、併存疾患へのAdditional benefitを考慮した薬剤選択がなされるといった特徴を解説いただきました。

講演2では、島根大学医学部内科学講座内科学第一 金崎 啓造教授に、糖尿病に伴う腎障害におけるSGLT2iの活用、また、post SGLT2 inhibitor Eraとして、残余リスクの管理についてご講演いただきました。SGLT2iのアウトカム別の傾向を示され、eGFRの低下やUACR>30であれば、SGLT2iが心・腎に関連してベネフィットとなると話されました。また、SGLT2iの血行動態依存性な効果に加え、活性化したmTORを抑制し腎障害を予防する可能性をご紹介いただきました。次に、GLP-1RAとDPP-4iの差についてふれられました。DPP-4iのGLP-1非依存的機序による臓器障害として、DPP-4阻害によるCXCL12/CXCR4/mTOR経路惹起を指摘され、DPP-4i一辺倒になりがちな処方傾向やがん患者での懸念をお話されました。そして、SGLT2iに次いでGLP-1RAの活用や、腎イベント抑制効果が報告されたnon-steroid骨格のMRAに対する新たな選択肢としての期待を話されました。最後に、島根県での糖尿病性腎症専門外来による地域連携を紹介されました。糖尿病性腎症による透析患者が減少に転じたとのことで、地域が一丸となつての取り組みの重要性を感じました。

近年、SGLT2iをはじめ、治療の手段が著しく進歩いたしました。治療方針の考え方やその根拠について理解を深められた2講演でありました。ご聴講いただきました皆様、誠にありがとうございました。

報告

第23回西東京糖尿病療養指導士認定式

日時: 令和5年4月6日(木)
立川市女性総合センターアイム

[当法人業務執行理事] 武蔵野赤十字病院 杉山 徹 [医師]

新型コロナ禍で休止していた西東京糖尿病療養指導士(LCDE)の認定式を3年ぶりに開催しました。今回の養成講座受講者は73名で、認定試験受験者65名中57名が合格され、合格率は87.7%でした。合格された職種の内訳は看護師14名、管理栄養士20名、薬剤師9名、臨床検査技師2名、理学療法士11名、作業療法士1名であり、今回は理学療法士の方が例年より多かった印象です。

認定式では参加された合格者一人一人に矢島 賢業務執行理事からお祝いの言葉と共に認定証が授与されました。今回は特別講演を「先輩CDEからのメッセージ」と題して、西東京CDEの会から看護師の檜垣 美幸先生、管理栄養士の和田 美紀子先生、薬剤師の小林 庸子先生、臨床検査技師の鈴木 光一先生、理学療法士の長谷部 翼先生にお越しいただき、お祝いの言葉とそれぞれの職種としての経験談と新たな仲間への激励をいただきました。最後に近藤 琢磨代表理事から門出の言葉として、地域の力の大切さ、そしてLCDE認定はゴールではなくスタートだという熱いメッセージが伝えられました。合格者の皆さんは新LCDEとして、これからの糖尿病療養指導に対する熱意と決意が改めて強まったのではないかと思います。新しい仲間と共に、これからも皆で力を合わせて地域に貢献していきましょう。

【2023年度認定試験状況】

養成講座受講者数	73名
認定試験受験者数	65名
合格者数	57名
合格率	87.7%

合格者職種	人数
看護師	14
管理栄養士	20
薬剤師	9
臨床検査技師	2
理学療法士	11
作業療法士	1
合計	57

報告 第23回西東京糖尿病療養指導士認定式『合格者の声』

日時:令和5年4月6日(木)
立川市女性総合センターAIM

〔当法人会員〕 国家公務員共済組合連合会立川病院 江澤 志帆〔管理栄養士〕

私は急性期病院で管理栄養士として勤務しています。働き始めて1年目、2年目の前半は献立作成など給食管理を行っていましたが、2年目の後半から病棟での栄養管理業務が始まりました。初めは何から勉強すればよいのか分かりませんでした。職場の先輩に西東京糖尿病療養指導士という資格があることを教えてもらいました。私の職場では、まずはこの資格試験を受けることが登竜門ようになっており、病態や治療など基礎知識から学べるということで私も受験を決めました。

養成講座では、療養指導の分類ごとにそれぞれの先生方から講義があり、基本からしっかりと実経験なども交えながら話してくださり、実際の現場での療養指導のイメージがしやすかったです。この講座を受けたことで、自分の専門である栄養のこと以外の基礎知識も幅広く学べたことが今後の強みになるのではないかと考えています。

実際に病棟での業務を行ってみて、糖尿病以外の疾患で入院してきている患者さんでも、既往に糖尿病がある方が大変多いことが分かりました。それに伴い療養指導に携わる機会も多いと感じました。養成講座で糖尿病患者さんの生活の背景や抱えている悩みを学んだので、患者さんの気持ちに寄り添い、他職種とも連携を図りながら、ここで習得した知識を臨床の現場で活かしていきたいです。

〔当法人会員〕 くにたちウラン薬局 鬼倉 ふき〔薬剤師〕

私は糖尿病専門医のいるクリニックの隣の調剤薬局に勤務しております。クリニックの医師をはじめスタッフの皆様はとて勉強熱心で、患者さんがどう治療に向き合っていきたいかを一番に考えて指導などをしております。そのため患者さんたちもどのような治療のため薬を使用しているということを理解されている方が多く見られます。そのような環境だからこそ、お薬をお渡しする私たちが糖尿病の知識を高め、より良いサポートができるようにと思い、養成講座を受講いたしました。今まで受講を検討しましたが、子供が小さく講義を現地で聞くことは困難でした。しかし、コロナの影響で講座はすべてオンラインとなり、今回待ちに待った受講となりました。講義では薬剤師ではあまり知らない栄養や運動のことを詳しく知ることができ、また、先生方の実臨床でのお話はとて勉強になりました。試験勉強は、どういう問題が出るのか全く分からなかったため、テキストに記載されている数値や要点などを復習しました。小論文は、患者さんの背景や思いを確認し、薬剤師という職業からの視点で問題点をあげ、薬剤師としてのアドバイスを心がけて論述いたしました。

今後は糖尿病療養指導士という資格に恥じぬよう患者さんの気持ちに寄り添いながら治療をサポートしていけるよう、日々勉強をしていきたいと思っております。最後にご多忙な中、認定に携わっていただきました先生方やスタッフの方々に深く感謝いたします。

認定証書授与の様子



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3回 The Meetings for Patient Centered Care of Diabetes

 申込必要

特別講演：『糖尿病臨床をスティグマの視点から振り返れば』
 開催日：2023年7月18日（火）19：30～21：00
 参加方法：Zoom / 三鷹産業プラザ（JR中央線「三鷹駅」下車 徒歩6分）
 参加費：オンライン参加 無料 / 会場参加 医師500円
 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（7/18締切）
 問合せ：住友ファーマ㈱（担当：秋葉） TEL：080-4653-9556
 ☆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

 ハイブリッド

 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 倫理審査委員会主催 倫理勉強会

 申込必要

テーマ：『臨床研究法・医学系指針とこれからの医学研究(仮)』
 開催日：2023年7月24日（月）19：30～20：30
 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（7/24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
 ※本勉強会は「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針ガイダンス」に定められている「継続的な教育・研修」の研修会を兼ねております。

 参加費無料

 オンライン

 糖尿病災害対策委員会 第10回患者さん向けセミナー

 申込必要

テーマ：『いつ来てもおかしくない大災害！～糖尿病をもつ方の災害対策とは？～』
 開催日：2023年8月26日（土）14：30～16：00
 場所：武蔵野スイングホール・レインボーサロン（JR中央線「武蔵境駅」下車 徒歩2分）
 申込：FAXにてお申し込みください（8/24締切） FAX：042-322-7478
 問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL：042-322-7468

 参加費無料

 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 第75回例会

 申込必要

テーマ：『肥満症治療の最前線～薬物治療と外科治療の現状と未来～』
 開催日：2023年9月1日（金）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（9/1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14回 西東京糖尿病運動指導スキルアップセミナー

 申込必要

テーマ：『コロナ禍で知った糖尿病運動療法のニューノーマル』
 開催日：2023年10月22日（日）8：30～17：00
 場所：北里大学薬学部 2202大会議室(2号館)・体育館(アリーナ等)
 (JR山手線「恵比寿駅」下車 徒歩20分 または 都営三田線「白金高輪駅」下車 徒歩13分)
 参加費：当法人会員 6,000円 / 一般 8,000円 (いずれも昼食代込み)
 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（10/8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：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2群>：2単位申請中
 ☆健康運動療法士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な必修単位<講義/実習>：計6.3単位申請中

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:info@cad-net.jp

編集後記



コロナ禍が始まり3年が経過した。ついに新型コロナウイルス感染症は、インフルエンザと同等の“5類”に分類された。5類となつて初めての夏、マスク着用も任意となり、混雑した屋内でも未着用が随分と増えた。しかし発熱者に抗原検査を実施してみると陽性者はそれなりにいる。糖尿病や基礎疾患のある方々、高齢者など感染にハイリスクな方々への配慮を忘れずに、安全な夏を満喫したい。(広報委員 川越 宣明)



一般社団法人

臨床糖尿病支援ネットワーク

Clinical Assistance of Diabetes Network