



NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

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～

会員数 595人
 コメディカル 450
 人
 医師 141人

《目次》

教育は早いほど良い 薬の効果との比較は
 理事 高村 宏・・・Page1
 平成17年度認定式開催の報告・・・Page2
 研究会等の開催情報・・・Page3
 年間スケジュール・・・Page4

教育は早いほど良い 一薬の効果との比較は？

当研究会理事 福生市 高村内科クリニック 高村 宏

教育と薬物の比較は、DPP（糖尿病予防プログラム（米国））においてIGTへの介入で検討され、生活習慣改善群は糖尿病発症リスクが58%、薬物介入群は31%減少したという。この結果を見てやはり教育指導をしっかりすれば薬物治療より効果がある、と解釈したいところだがそれでよいのだろうか。UKPDS（2型糖尿病を対象とした英国の大規模追跡研究）の結果では、 β 細胞機能が評価され診断時すでに β 細胞機能は50%に落ちており、その後も低下するという。糖毒性、脂肪毒性が β 細胞死を招くことも実証されている。

また日本人糖尿病は、インスリン分泌低下に、わずかな体重増加によるインスリン抵抗性が加わり発症するとされている。遺伝的背景の下、生来インスリン分泌第1相が欠落し、初期分泌低下、遅延過分泌、基礎分泌低下が見られ、それに対応して表現型として食後高血糖から全般的高血糖に至る過程は理解できる。

予防対策を考えるなら、その介入時点が問題となると思う。糖尿病になる寸前であれば、適切な選択さえすれば薬物に効果があることは当然想像できる。勿論生活習慣への介入も効果的だが、薬物に勝る結果を得るにはDPPのような強力な介入が必要となる。しかし、専門のライフスタイルコーチが継続して指導することは、介入研究では出来ても広く受け入れられるとは思えない。 β 細胞機能の落ち具合、体脂肪によるインスリン抵抗性の度合いによって薬物は選択でき、効果も期待できよう。教育は教育する側の人の問題、患者の心理も影響するから、均質にならないという特性があり、一定の効果を期待するのは無理がある。

今までの予防研究はIGTが対象である。この時点で検討できるのは主に薬剤選択である。1次予防のための教育の検討は、 β 細胞機能が落ち、体脂肪が蓄積した状態からでは遅いのである。我々が接する糖尿病患者さんは、大半が40才以後の発症であるが、その多くは20才以後に体重の増加を経験している。この20～39才への介入が見落とされている。体脂肪の蓄積という長い時間をかけて貯まった負の財産（借金）を、インスリン分泌が落ちている状況ですぐに何とかしろと言われても困るのは当然である。借金の返し方を教えるより、借金を作る前に作らない方法を教えるべきである。要するに、糖尿病の1次予防の介入時点とは、教育においては発症直前ではなく、肥満が始まる20～39歳と考える。

どなたか成人式で肥満の怖さについて伝えてもらえると良いのだが。

平成17年度 西東京糖尿病療養指導士認定式の報告

平成18年4月13日（木）立川アイムにて開催されました。

今回の特別講演第1部は東京医科大学八王子医療センター薬剤部の井上岳先生に座長をお勤め頂き「適正なインスリン自己注射指導へのアプローチ法～インスリン製剤とデバイスの特長から見た説明ポイント～」をテーマとして新潟薬科大学薬剤部助教授 朝倉俊成先生にお話をしていただきました。特別講演第2部は八王子医療センターの植木彬夫先生に座長をお勤め頂き「私が患者さんから学んだこと」テーマに、多摩地区にて活躍されている3名の療養指導士の先輩方からお話をしていただきました。これから療養指導士として活躍される皆さんにとって、とても有意義なご講演となりました。



認定試験合格者を代表して、管理栄養士の田中さんに受講ご感想、合格の喜び、受験勉強のご苦労やコツなどをご執筆頂きました。

社会福祉法人緑秀会 グリーンロード 管理栄養士 田中智子

特養50名、ショートステイ12名、デイサービス30名の施設に勤務しております。施設の管理栄養士は私1人です。昨年12月より医療法人財団緑秀会 田無病院の関連施設となり、田無病院の栄養科と交流を深め、情報交換を行っております。

福祉施設における栄養士業務は栄養ケアマネジメント導入を始め、大きな変化を迎えております。低栄養の栄養管理はもちろん必要ですが、慢性疾患を多々抱える高齢者の方々に生き生きと充実した生活を送って頂き「療養中だからこそ美味しく食べ、楽しく日々過ごす幸せ」を考えたときに、私は施設の栄養士として何が出来るのでしょうか。

例えば「カレーライスを食べちゃいけないと言われたからおかずを交換して」「糖尿病と胆石であんどうナツは食べちゃいけないと言われたから食べられないの」と話す利用者さん。コントロール良好で合併症もない状態なのに加齢による思い込みも追い風となつてか、自ら食の楽しみを制限し、拒んでいるのが現状です。「正しい病識を持ち利用者さんが好きなものを食べられるお手伝いをしたい！」という思いから、一念発起してCDEの資格取得に向けて勉強をはじめました。13回講座は勤務時間の関係から休日を利用しての参加でした。糖尿病において「点」でしかなかった知識が「線」になり、繋がっていく実感があり嬉しかったです。配布されたガイドブックと講義内容の復習のみで受験勉強をしました。試験に合格するためだけの勉強にならないよう、利用者さんの顔を思い浮かべて勉強しました。とはいうものの、久しぶりの受験勉強は一苦労でした。試験当日の症例検討論文は、症例の患者さんが目の前に座っている想像で回答できた事が良かったと思います。CDE認定によって、地域の居宅支援や在宅サービスと医療・福祉機関の連携をスムーズに行うためのお手伝いが出来るスタートラインに立つことが出来たと思います。これからも日々努力して、先輩方と共に自分が出来ることを始めていきたいと思ひます。お忙しいなかCDE認定に関わってくださった多くの先生方とスタッフの方々に感謝致します。

平成17年度受講・試験合格状況

13回講座受講者数	190名
-----------	------

認定試験

実施日	2月12日	合格者数	133名
受験者数	156名	合格率	85.25%

認定者職種	人数	%
管理栄養士・栄養士	23	17.3
看護師・准看護師(兼務含)	54	40.6
薬剤師	46	34.6
臨床検査技師	8	6.0
その他	2	1.5
合計	133	100.0

・ 第36回多摩北部医療センターとの糖尿病に関する診療連携の会報告

平成18年4月17日(月)に多摩北部医療センターに於いて開催されました。

平成18年4月17日(月) 多摩北部医療センター大会議室に於いて「第36回多摩北部医療センターとの糖尿病に関する診療連携の会」が開催されました。今回は東村山市の池田内科医院・池田先生、緑風荘病院の酒井先生のお二人に発表して頂きました。池田先生には「著明な脂質代謝異常を呈し、ケトーシスから劇的に改善した2型糖尿病の1例」について、酒井先生は症例提示及び「東村山市市民健康診断とメタボリックシンドロームについて」それぞれ発表して頂きました。



メタボリックシンドロームについて実際の診断基準や多くの文献を提示され、参加者はメタボリックシンドロームについての知識を深めました。また、市民健康診断とメタボリックシンドロームの診断と糖尿病について参加者との積極的なディスカッションが行われ糖尿病に関する診療連携が行なわれました。

研究会等の開催情報

・ 第3回糖尿病スキルアップセミナー(医師向け)2006 事前申込が必要です!

開催日 : 平成18年 8月20日(日)
 場所 : 武蔵野スイングホール11F レインボーサロン (JR武蔵境北口)
 定員 : 30名 (※同伴スタッフは、除く)

『実地医家のための生活習慣指導のテクニック』

～明日から出来る!! 食事・運動指導のコツ

栄養・運動・肥満指導・・・実践で役立つ指導のコツ教えます!

参加費 : 会員5,000円・非会員8,000円(当日入会の場合5,000円)
 —スタッフとのペア参加も歓迎!!

※ペア参加スタッフは弁当代1000円のみ負担

事前申込 : お申込み方法等の詳細に関しましては、後日、当研究会ホームページ上でお知らせします。

<事務局よりお知らせ>

総会ご出欠はがきのご返送のお願い

後日送付いたしますNPO法人西東京臨床糖尿病研究会総会のご出欠に関する返信用のはがきに、必要事項をご記入の上、6月16日(金)までにご返送下さいようお願いいたします。

会費納入のお願い

本年度の会費(2006/4/1～2007/3/31分)を、先月号の会報に同封いたしましたコンビニエンスストア払込票にて6月30日までに納入下さい。経理上コンビニエンスストア払込票によるお支払いが出来ない場合は、事務局まで御連絡下さい。その場合は、郵便局の払込取扱票をご送付いたします。

西東京糖尿病療養指導士更新規定改定のお知らせ

西東京糖尿病療養指導士更新規定を18年4月に改定いたしました。新しい更新規定につきましては、当研究会のホームページ上からご確認いただけます。



年間スケジュール

・ 第71回 実践栄養指導勉強会

事前申込みは不要です。直接会場までお越しください。

開催日時 : 平成18年 5月30日(火) 18:45~20:15
 場 所 : 緑風荘病院併設グリーンボイス 1階デイルーム (東村山市萩山町3-31-2)
 参加費 : 実践栄養指導勉強会会員:無料、非会員:500円

『メタボリックシンドロームの基礎知識

ーメタボリックシンドローム患者の療養指導ー』

新川橋病院内科 調 進一郎先生

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位 : 2単位

・ 第15回 多摩糖尿病チーム医療研究会 薬剤師分科会

事前申込みが必要です。

開催日 : 平成18年 6月13日(火)
 場 所 : 東京都労政会館 (JR中央線国分寺駅南口徒歩4分)
 参加費 : 会員:500円
 申込み方法 : 当研究会HP (<http://www.nishitokyo-dm.net/>) 最新情報をご覧ください。

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための単位を取得できます。

・ 第39回 西東京臨床糖尿病研究会 例会

事前申込みは不要です。直接会場までお越しください。

開催日 : 平成18年 6月24日(土)
 場 所 : 東京都立多摩社会教育会館 (JR南武線西国立徒歩10分)
 参加費 : 会員:無料、非会員:1,000円

※西東京CDE 7単位、CDE J<2群>申請予定

・ 西東京CDE研究会 第5回総会 事前申込が必要です!

開催日 : 平成18年 7月1日(土)
 場 所 : 府中グリーンプラザ けやきホール

【往復はがきによる申込方法】 **申込締切=平成18年6月14日(水)**

1) ①往信表=郵送先:〒185-0012 東京都国分寺市本町3-10-22 オリエントプラザ402

NPO法人西東京臨床糖尿病研究会事務局宛

往信裏=参加者の氏名(ふりがな)、職種、勤務先住所・電話番号、西東京糖尿病療養指導士認定者は認定番号を必ず記載して下さい。

②返信表=参加者の住所、氏名。(注:返信裏は受講票です。何も書かないで下さい。)

2) 返信ハガキで受講票をお送りします。

・ 第3回西東京糖尿病療養指導プログラム

開催日 : 平成18年 7月23日(日)
 場 所 : 明治大学 和泉キャンパス 第二校舎
 杉並区永福1-9-1 (京王線・井の頭線/明大前駅下車徒歩5分)

※詳細に関しましては、同封のプログラムをご覧ください。

NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

〒185-0012 国分寺市本町3-10-22 オリエントプラザ402 TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478

<http://www.nishitokyo-dm.net> E-mail:w_tokyo_dm_net@ybb.ne.jp