

第44回城東腎不全研究会

糖尿病指導による患者の変化について

医) つばさ 両国東ロクリニック

浜村 美奈子 御園生 淳美 濱口 磨美子 嶋田 有紗 山脇 千里
内田 広康 大山 恵子 諸見里 仁 大山 博司





両国東口クリニックは、両国駅から徒歩1分の痛風外来、
糖尿病外来、CKD外来、透析施設などからなる施設です。

常勤医師3名、循環器科、リウマチ科、泌尿器科の非常勤医師5名
看護師4名、検査技師2名、管理栄養士2名、糖尿病療養指導士1名
MDコンシェルジュ6名

1日の外来患者数は約100名、糖尿病指導1日4～6名程度
そのほかにもCKD指導なども行っております。



はじめに



平成24年4月より糖尿病透析予防管理料が新設された。これは透析導入原疾患の第1位糖尿病性腎症の発症進展予防が目的である。当院では同年6月より看護指導を開始した。患者にアンケートを行い、指導後の意識や行動の変化と血糖値、HbA1c値の変化より、指導の有効性について検討した。



方法

- 指導は診察までの待ち時間を利用
- 1回の指導は15分程度
- 処置室や診察室にて指導
- 資料を作成したものを iPadに入力して使用
- 2回目の指導が終了した時点でアンケートを実施し、指導の受け入れ状況と効果について検討

対象

- HbA1c値：8.0%（NGSP）以上の患者 31名(新患1名)
- 平均年齢：50.9±12.0歳
- 男性：27名 女性：4名

アンケート

- 検査や病気について知らなかった情報を得ることができたか
- 指導時間の妥当性
- 生活習慣の改善を行った項目
- 今後も継続して指導を受けたいか

指導風景





14:54 89%

シックデイの対応.pdf

インスリン注射を使用されている方

- 血糖測定を行い、**インスリン注射は中断しないで下さい**
- 食事があまり摂れない時
いつもの半分の単位を注射する
- 食事が全く摂れない時
いつもの3分の1の単位を注射する



14:54 89%

シックデイの対応.pdf

シックデイ・ルール

- ① 食欲がなくても、おかゆや麺類、果物などで糖質やエネルギーを補給する
- ② 水分をできるだけ摂り、脱水を予防する
1日1000ml以上(コップ5杯分が目安)
- ③ 血糖値を測り、病状をチェックする
- ④ 食事が出来なくても、自己判断でインスリンは中止しない
- ⑤ 早めに主治医と連絡をとる



14:54 89%

シックデイの対応.pdf

血糖を下げる薬を服用している方

- **原則、食事が全く取れない場合は、服用しないで下さい**
- 食事量が少なく、低血糖が頻回に起きる場合は医師にご連絡ください



電子カルテの資料

DM看護指導チェックリスト

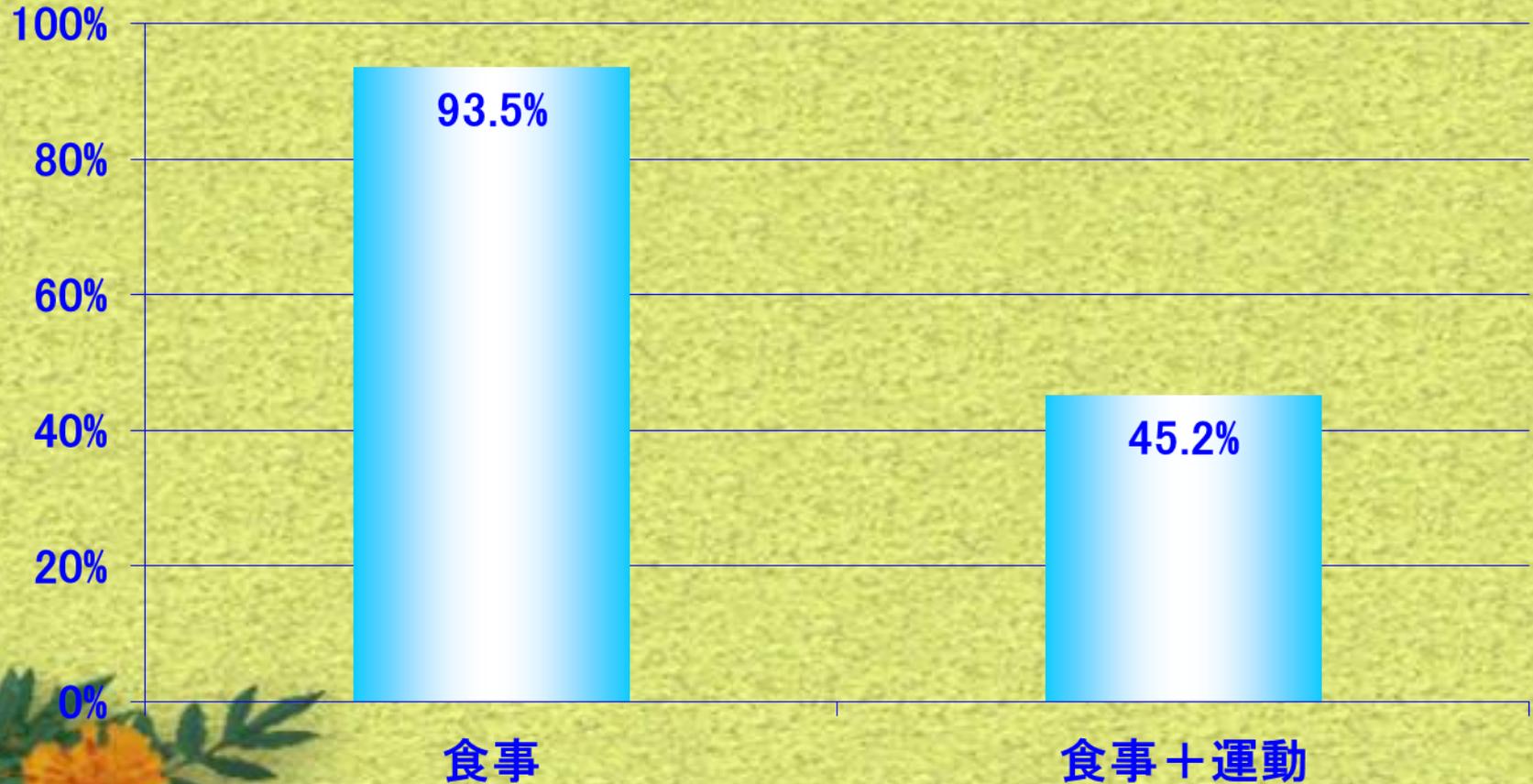
指導日	指導項目
2012/6/1	<input checked="" type="checkbox"/> 糖尿病について：1型・2型、全身に及ぶ合併症（3大合併症）。冊子①渡す
2012/7/3	<input checked="" type="checkbox"/> 食事療法について。エネルギー量の確認。冊子②渡す
2012/8/5	<input checked="" type="checkbox"/> 運動療法について：4つの原則、効果的な運動、運動するときの注意。冊子③渡す
2012/9/10	<input checked="" type="checkbox"/> 薬物療法について：薬剤の種類、副作用、低血糖に注意。冊子④渡す
2012/10/6	<input checked="" type="checkbox"/> 低血糖について：原因、症状、対処方法。冊子⑩渡す
2012/11/8	<input checked="" type="checkbox"/> シックデイについて：当院での対処方法について用紙渡し、説明。冊子⑯渡す
2012/12/4	<input checked="" type="checkbox"/> フットケア：神経障害、血流障害、爪の切り方冊子⑦渡す
2013/1/10	<input checked="" type="checkbox"/> 網膜症について：なぜ起こるのか、注意点、冊子⑨渡す
	<input type="checkbox"/> 腎症について：なぜ起こるのか、血压管理冊子⑩渡す
	<input type="checkbox"/> SMBG：自己測定を確認し、冊子⑭渡す
	<input type="checkbox"/> 肥満について：BMI。冊子⑮渡す
	<input type="checkbox"/> 高脂血症について：LDL/HDLコレステロール、TG、動脈硬化について。冊子⑰渡す
	<input type="checkbox"/> 高血圧について：HT基準値（DM用）。血压手帳、冊子⑱渡す
	<input type="checkbox"/> 災害時の対応について：非常用キットチェックリスト渡す
	<input type="checkbox"/> 必要時のみ うつ/ストレスについて：冊子⑧渡す
	<input type="checkbox"/> 必要時のみ 妊娠について：冊子⑤渡す
	<input type="checkbox"/> 必要時のみ 歯周病について：冊子⑫渡す

アンケート結果 ①

- 検査や病気について知らなかった情報や知識を得ることが出来たか？の問いに対しては、**31名全員が出来たと回答**
- 指導時間の長さに関する質問には、ほぼ全員が**15分程度が適当と回答**
- **94%の患者が指導の継続を希望**

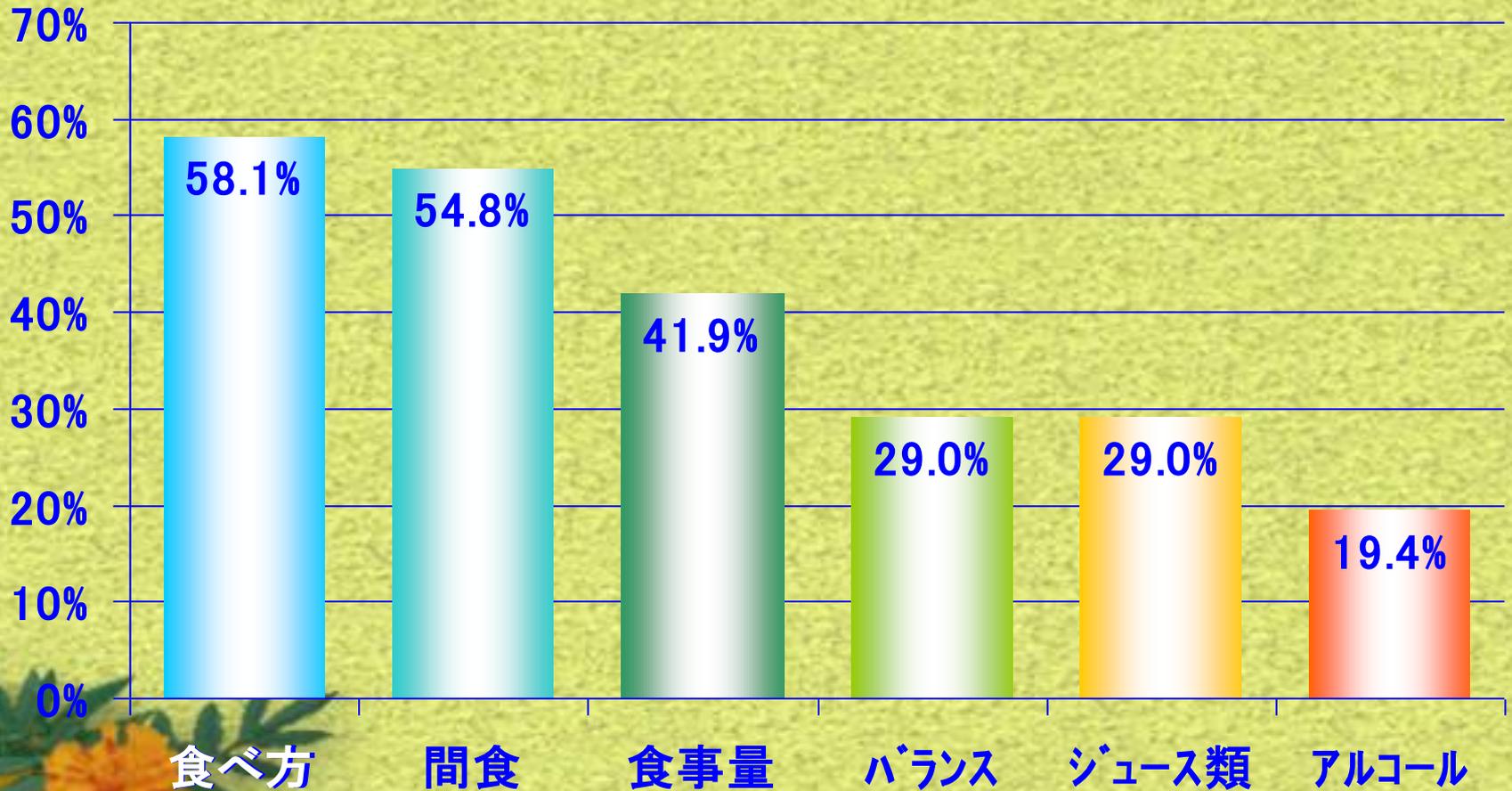
アンケート結果 ②

指導後の行動変化

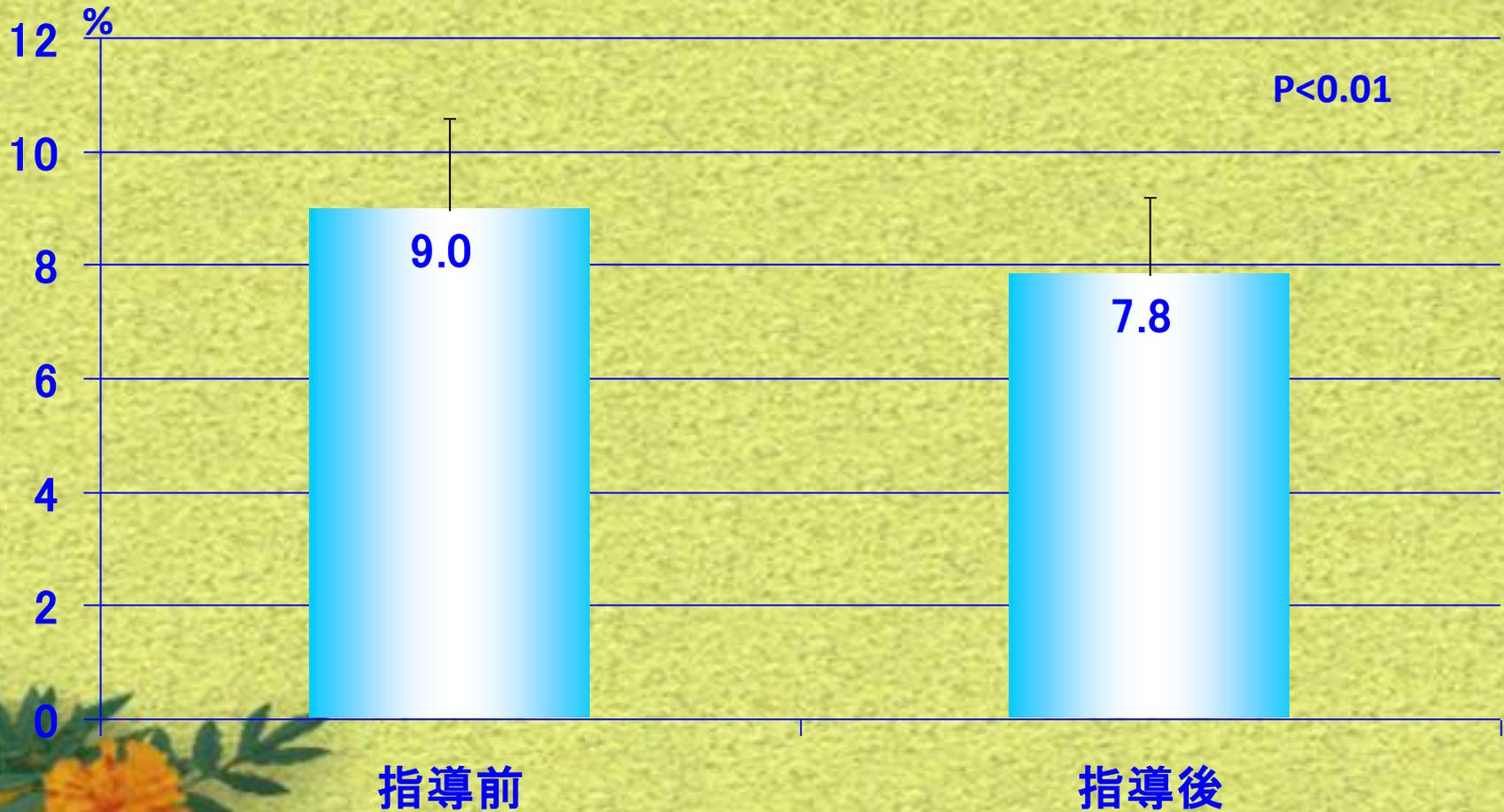


アンケート結果 ③

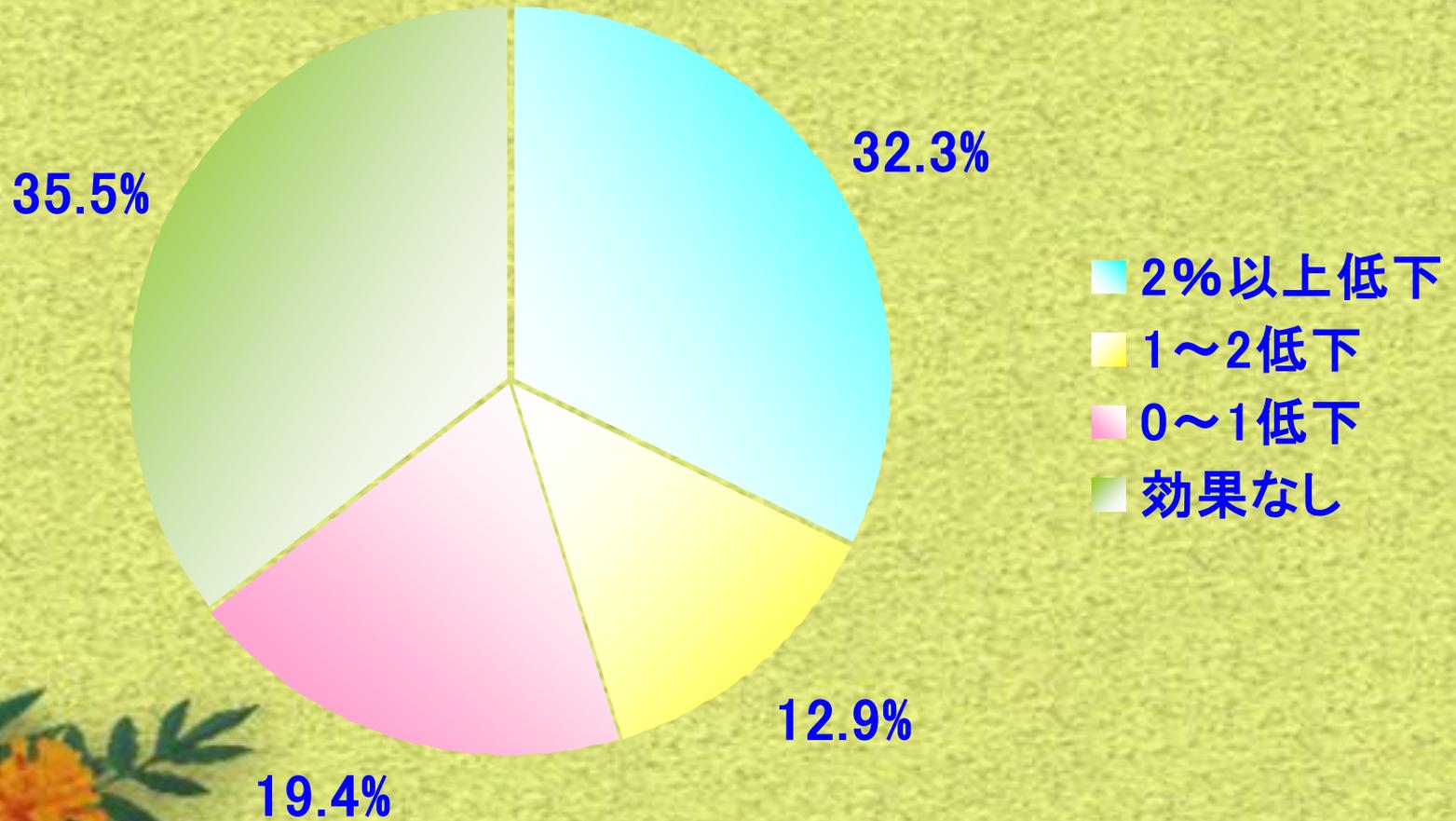
食事改善項目



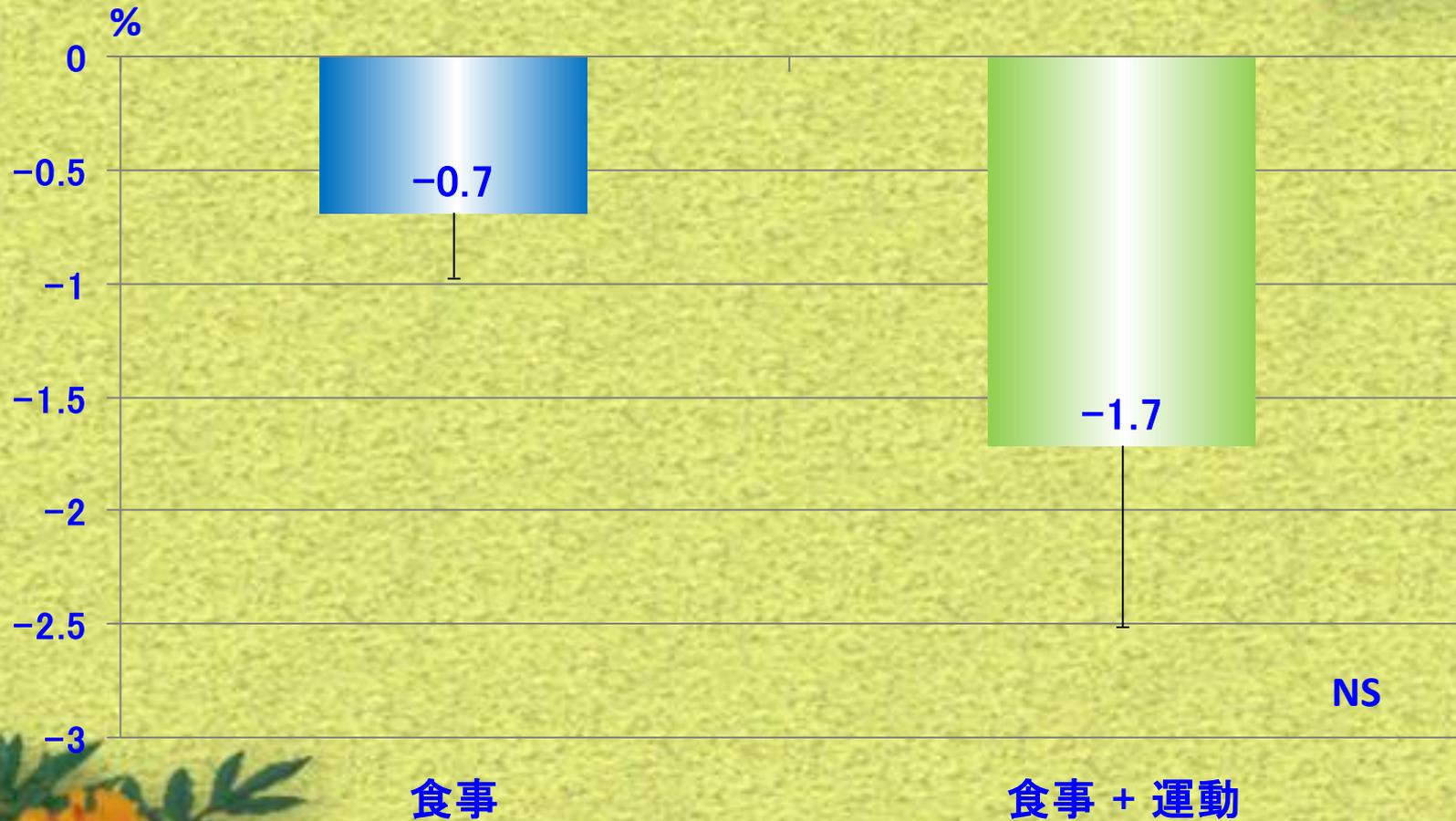
HbA1c (NGSP) の変化①



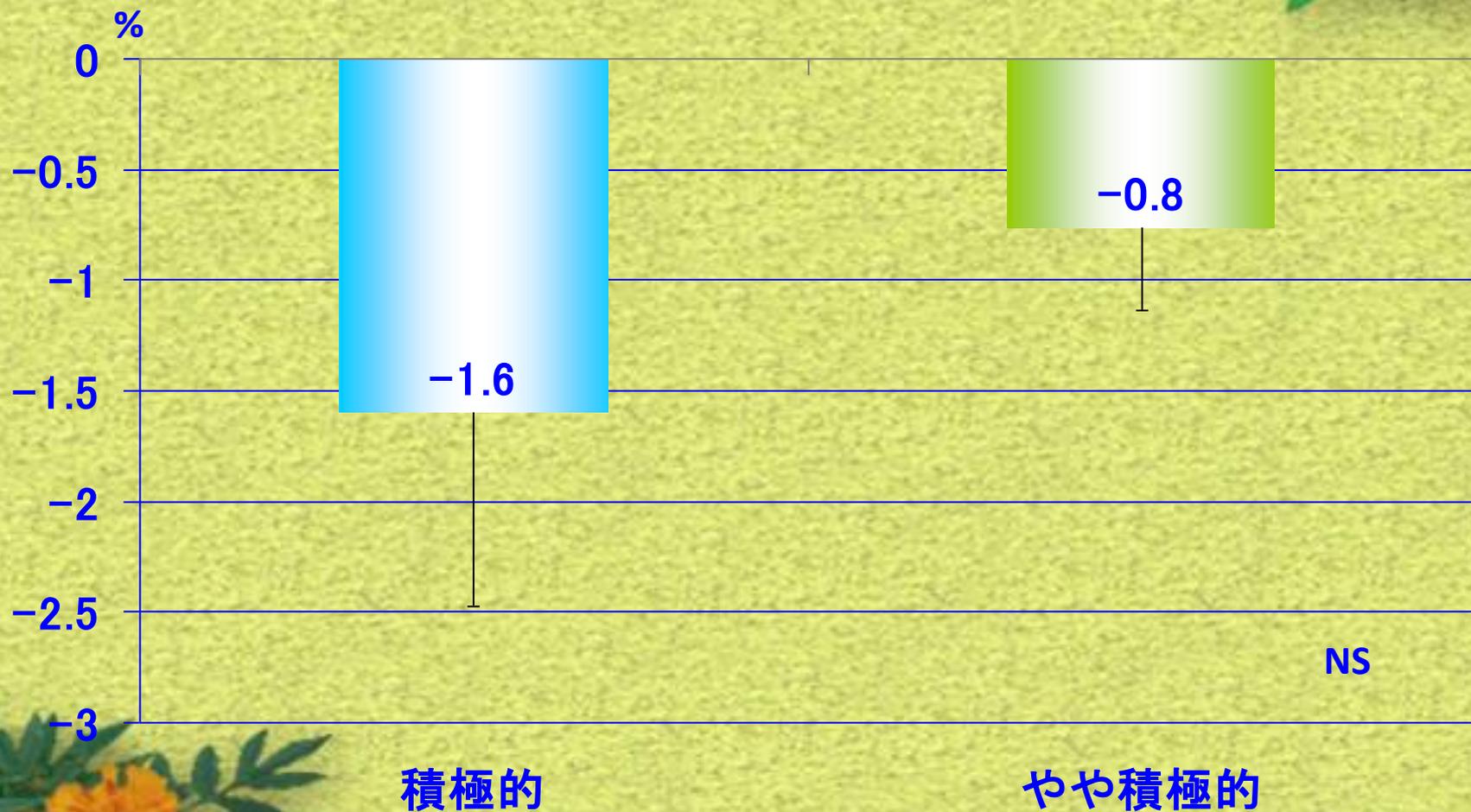
HbA1c (NGSP) の変化②



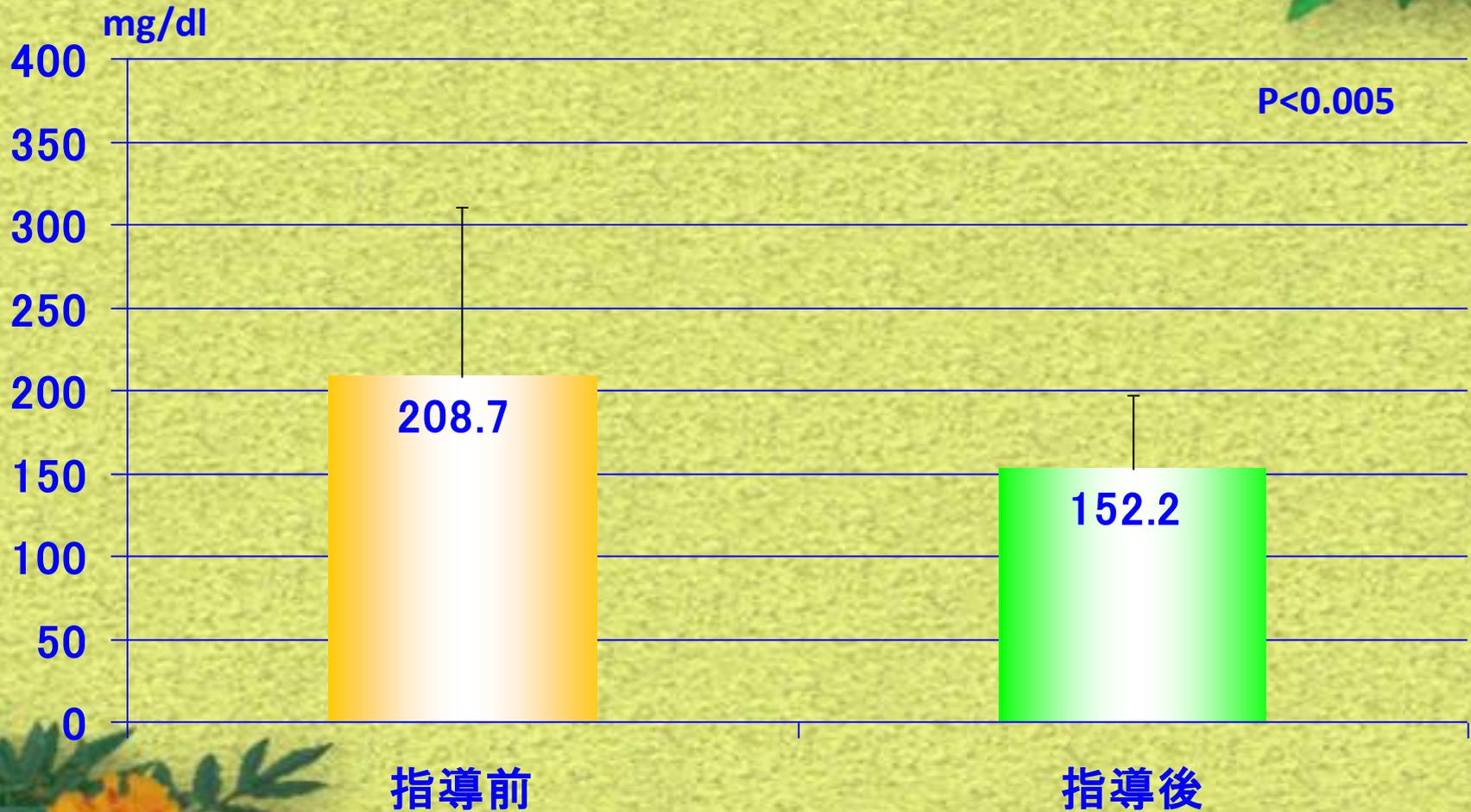
運動を取り入れた患者のHbA1c変化



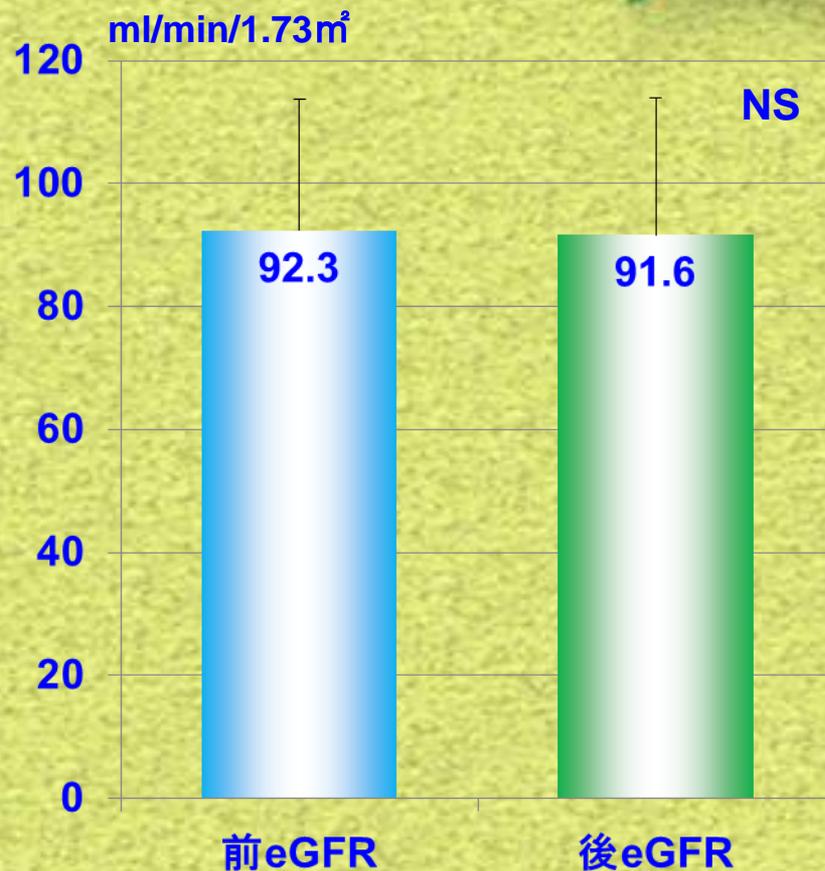
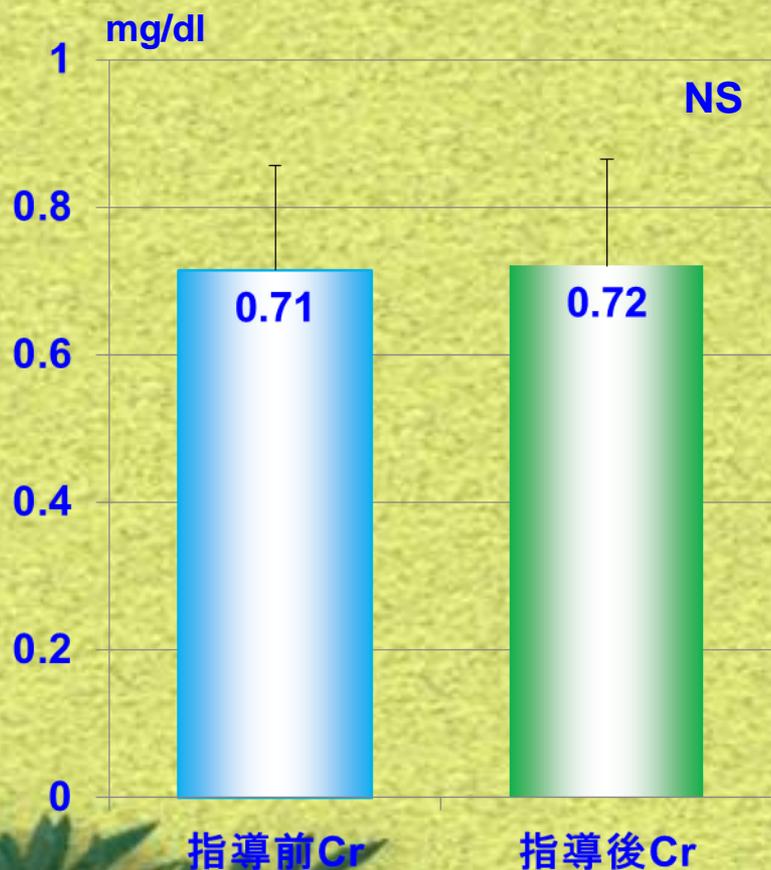
受け入れ態勢によるHbA1c値比較



随時血糖値の変化



指導前後のCr値・eGFRの変化



まとめ

- 90%以上の患者が何らかの行動変化や意識をするようになった
 - 約50%の患者でHbA1c値が低下した
 - 約80%の患者で随時血糖値が200mg/dl未満となった
 - 病歴や年齢、性別で指導効果に差が無かった
- ⇒ どの様なタイミングで指導を行っても効果は期待できると思われた

指導効果には患者のモチベーションが大きく関与しておりモチベーションを維持できるように支援していく方法を個々の患者に合わせて検討する必要があると思われた。

今後も管理継続できるか観察中です。