

糖尿病療養指導

砂川市立病院 看護師 飯尾里美



【理念】

良質の医療、心かよう安心と信頼の医療を提供する病院
地域に根ざし、地域に愛され、貢献する病院



糖尿病

インスリン作用不足（インスリン分泌不足・インスリン抵抗性）
による慢性の高血糖状態を主徴とする代謝疾患群
成因によって1型、2型、その他、妊娠糖尿病に分類される

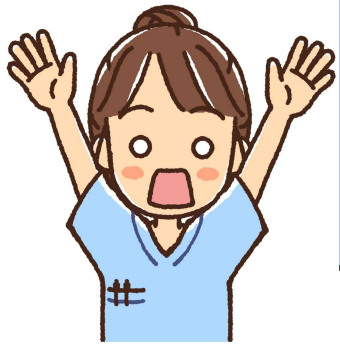
健康日本21最終評価報告書（令和4年）では
糖尿病が強く疑われる人の推計は1150万人

国民医療費の概況（令和3年）によると糖尿病の医療費は
1兆2000億円

糖尿病療養指導は『うまくいかない』ことも

糖尿病と診断された患者に、
食事療法・運動療法・薬物療法！

医師が指示した後、患者は？



診察室の外で起きている“色々”

看護師「〇〇さん、次回の予約票です」

患者「はい、ありがとうございました」

看護師「血糖値が落ち着くと良いですね。次の受診までに何か取り組めそうなことはありますか？」

患者「え？何の話？」

看護師「（オット…？）先生が言ってたHbA1cってご存じですか？」

患者「ちょっとわからないね」

看護師「ウ、ウツダロ…(°Д°)…！」

糖尿病患者さんと生活

みかん箱買い（これからの季節）

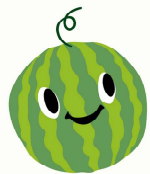
仏壇のお供え

棄てるのは「勿体ない」

トマトは「健康に良い」

運動量の過不足、季節による変化

〇〇広告で見た健康食品やサプリ、医療？ 機器



治療以前に生活が破綻していた A さん

80歳代女性、独居

きっかけは「再診日に未受診」

地域包括センターの職員と
当院看護師が訪問

→ 冷蔵庫は空っぽ
部屋にはチョコレートのみ

→ フリーズドライ味噌汁を
お皿に盛り付けて
「どうぞ召し上がれ」

Glu292mg/dL

HbA1c12.9%

TP 6.5g/dL Alb3.5g/dL

AST18U/L ALT15U/L γ GTP 14U/L

LD269U/L

BUN 13mg/dL

CRE0.65mg/dL

eGFR 75.6 mL/分/1.73m²

CRP 0.02mg/dL

Hgb 11.2g/dL Ht 33.8%

K3.4mEq/L

Na 141mEq/L

CL 102mEq/L

高齢者糖尿病の血糖コントロール目標 (日本糖尿病学会・日本老年医学会)

| 患者の特徴・健康状態 ^{注1)} | | カテゴリーⅠ | | カテゴリーⅡ | カテゴリーⅢ |
|---|-------------------|---------------------------|--------------------|---|---|
| | | ① 認知機能正常 かつ ② ADL自立 | | ① 軽度認知障害～軽度認知症 または ② 手段的ADL低下, 基本的ADL自立 | ① 中等度以上の認知症 または ② 基本的ADL低下 または ③ 多くの併存疾患や機能障害 |
| 重症低血糖が危惧される薬剤(インスリン製剤, SU薬, グリニド薬など)の使用 | なし ^{注2)} | 7.0%未満 | | 7.0%未満 | 8.0%未満 |
| | あり ^{注3)} | 65歳以上 75歳未満 | 75歳以上 | 8.0%未満 (下限7.0%) | 8.5%未満 (下限7.5%) |
| | | 7.5%未満 (下限6.5%) | 8.0%未満 (下限7.0%) | | |

早期発見の機会をあちこちに

病棟

退院する患者情報、看護師の「気がかり」を外来・地域へ

地域

家族、生活支援担当者、近所の住民による気づき

外来

再診日に来院されない→電話連絡、家族に受診付き添い依頼

フットケア外来→糖尿病足病変ハイリスクな足のケア（糖尿病合併症管理料170点）
足だけでなく足からその人全体をみる
予約間隔を空け過ぎない工夫にもなる

医師・管理栄養士・看護師による糖尿病透析予防指導
→多職種で糖尿病療養指導（糖尿病透析予防指導管理料350点）

薬物療法が医師の指示通り継続されないケース

飲みすぎ、打ち過ぎ、
飲み忘れ、打ち忘れ、
服用方法の間違い（リベルサスなど複雑なもの
インスリンが怖い、注射が怖い
同部位にばかり打っている（腹壁の硬結）
薬代が払えず自己中断



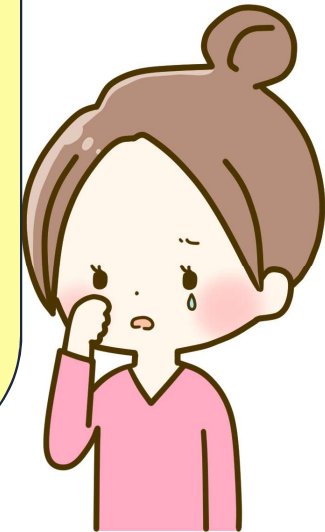
針が怖くて術前の血糖コントロールが出来ないBさん

泌尿器科手術前に内科に入院して血糖コントロール
入院中は看護師が、退院から泌尿器科入院までは娘さんが
インスリン注射をサポート

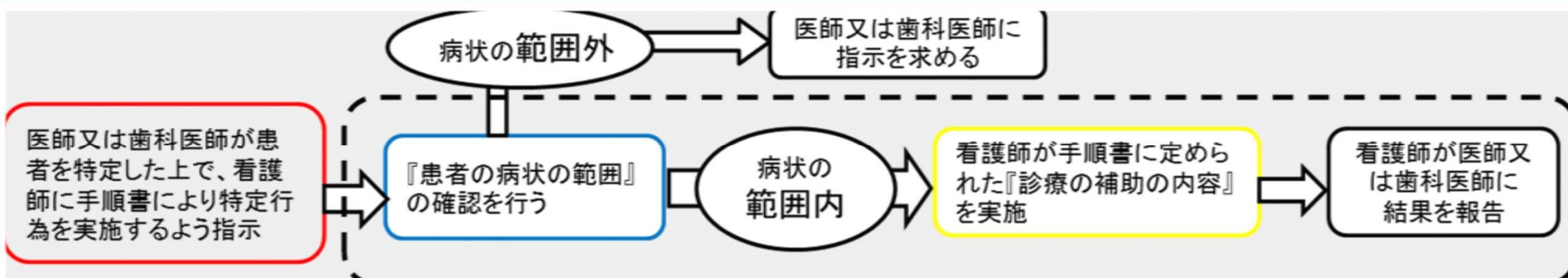
SMBGも難しく、穿刺の回数が少ないリブレを導入

5.2 μ g/日

外来にて



“特定行為”で看護師によるインスリン調整も



余談（1型DM）スライディングが全く適していない例

スライディングスケールでコントロール中

今後のインスリンはどうする？ → 早々にスライディングを終了して強化療法に

| | 朝食前 | 昼食前 | 夕食前 | 就寝前 |
|-------|----------|----------|----------|-----|
| 10/29 | 340 (6E) | 214 (2E) | 70 | 210 |
| 10/30 | 240 (2E) | 323 (6E) | 149 | 279 |
| 10/31 | 203 (4E) | 283 (4E) | 44 (Glu) | 168 |

血糖記録帳に実際の測定値ではないだろう数値を書く Cさん

5年11月 インスリン量変更 (/)
無 / 有 朝 昼

| 日付 | 血糖値 | | | | | |
|----|-----|---|-----|---|-----|---|
| | 朝前 | 後 | 昼前 | 後 | 夕前 | 後 |
| 1 | 119 | | | | 159 | |
| 2 | 94 | | 113 | | 92 | |
| 3 | 108 | | 150 | | 136 | |
| 4 | 97 | | 101 | | 97 | |
| 5 | 87 | | 93 | | 94 | |
| 6 | 104 | | 116 | | 96 | |
| 7 | 106 | | 121 | | 95 | |
| 8 | 118 | | | | | |
| 9 | 105 | | 126 | | 145 | |
| 10 | 113 | | 152 | | 92 | |

26年11月 インスリン量変更 (/)
無 / 有 朝 昼

| 日付 | 血糖値 | | | | | |
|----|-----|---|-----|---|-----|---|
| | 朝前 | 後 | 昼前 | 後 | 夕前 | 後 |
| 1 | 120 | | 130 | | 150 | |
| 2 | 100 | | 110 | | 130 | |
| 3 | 120 | | 130 | | 150 | |
| 4 | 100 | | 110 | | 130 | |
| 5 | 120 | | 130 | | 150 | |
| 6 | 100 | | 110 | | 130 | |
| 7 | 120 | | 130 | | 150 | |
| 8 | 100 | | 110 | | 130 | |
| 9 | 120 | | 130 | | 150 | |
| 10 | 100 | | 110 | | 130 | |

Cさんの記録帳

糖尿病患者がさらされる『スティグマ』

| | 社会的スティグマ (社会規範からの逸脱) | 乖離的スティグマ (ステレオタイプからの逸脱) | 自己スティグマ (自尊心の低下) |
|-------------------------|--|--|---|
| 経験的スティグマ (実際の経験) | <ul style="list-style-type: none"> ・ 生命保険に加入出来なかった ・ 住宅ローンを断られた ・ 就職出来なかった ・ 寿命が短い | <ul style="list-style-type: none"> ・ 間食を咎められた ・ インスリンを拒否すると叱責された | <ul style="list-style-type: none"> ・ 病名や診療科名から受ける印象 ・ 医療者に「すみません」と繰り返し謝り自己を卑下する |
| 予期的スティグマ (スティグマへの恐れ) | <ul style="list-style-type: none"> ・ 糖尿病のことを上司、同僚、ときに家族にも言わない | <ul style="list-style-type: none"> ・ しゅしゅ注射をしている ・ 隠れ食いをする | <ul style="list-style-type: none"> ・ 宴会や会合に行くのをやめる |

慢性疾患の特徴

本質的に**長期**である

色々な意味で**不確か**である

一時的緩和を得るにも**比較的多大な努力**が必要である

重複疾患である

患者の**生活にとってきわめて侵害的**である

多様な補助的**サービスを必要**としている

費用がかかる

アンセルムL.ストラウス「慢性疾患を生きる～ケアとクオリティ・ライフの接点」

糖尿病患者である前にひとりの生活者

糖尿病患者は糖尿病治療のためだけに生きているのではない

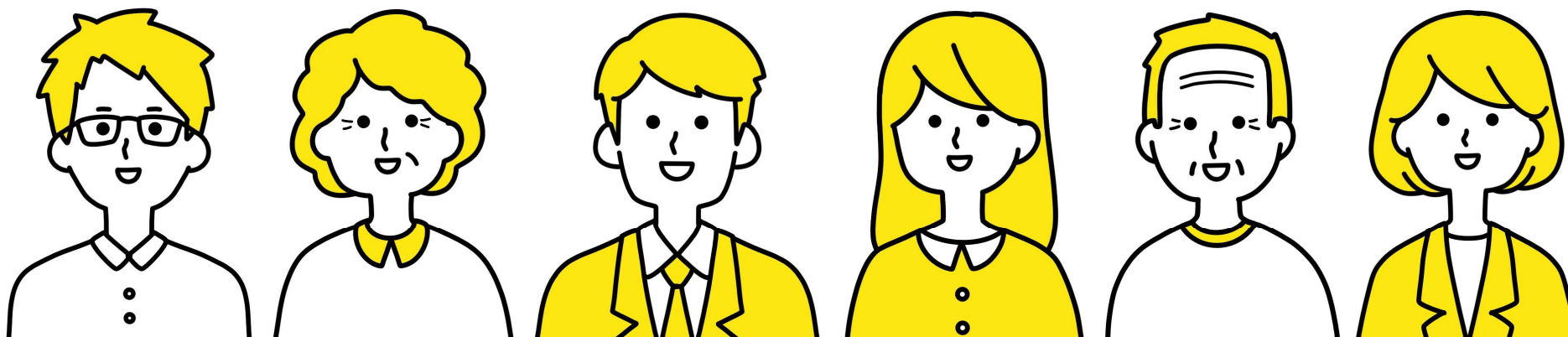
一人の人格者としての対応を

まずは患者の話を聴く

「禁止」は禁止

指示・命令はしない、提案する

患者の行動にはそうせざるを得ない理由がある



2024年10月16日

mg/dL

350

300

250

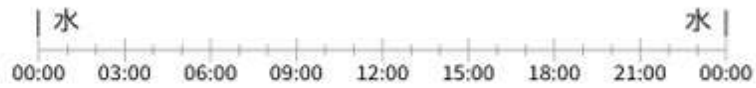
200



150

100

50



2024年10月20日

mg/dL

350

300

250

200

150

100

50

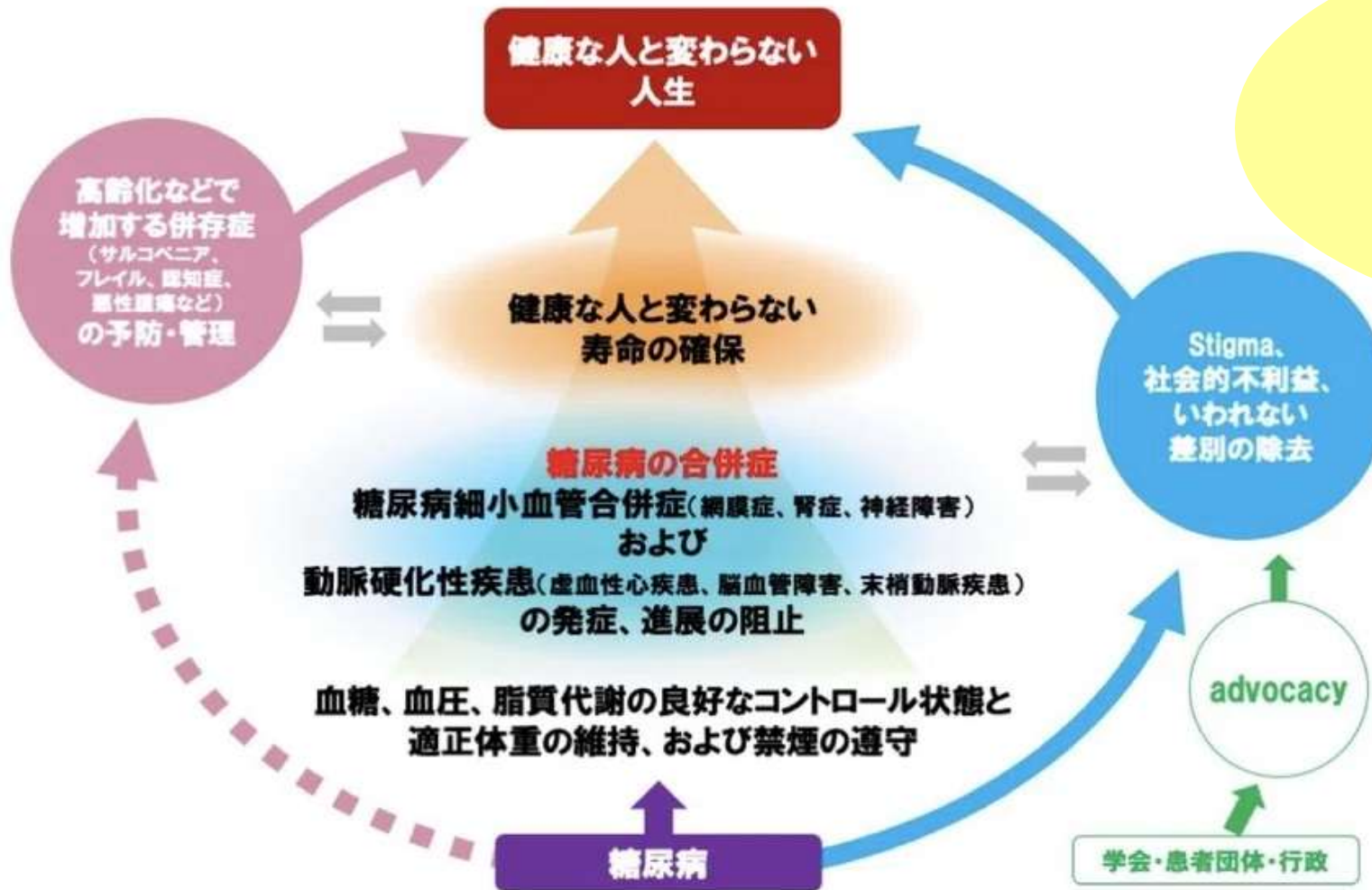


目の前の出来事だけではなく上流を見よ



糖尿病治療の目標

治療目標



糖尿病療養指導
→糖尿病療養支援へ

引用・参考文献

糖尿病療養指導ガイドブック2023
糖尿病専門医研修ガイドブック改定第7版
糖尿病看護スタンダード
糖尿病治療ガイド2020-2021

ご清聴ありがとうございました