



糖尿病の治療はチームで取り組もう！

(本人と医師・療養指導士・看護師・薬剤師・管理栄養士・受付・家族)

糖尿病治療の目的を達成する為に

糖尿病の治療の目的は決して血糖値を下げることではありません。糖尿病を放置すると視力障害、腎臓病、足の壊疽などが知らないうちに進行する場合があります。また糖尿病に特有ではありませんが、動脈硬化が進行しやすくなって心筋梗塞や脳梗塞などが明らかに増加することがわかっています。血糖値を下げるためではなく、上記のような疾患（合併症）を起こさないでいつまでも元気でいられるための治療だとよくご理解ください。合併症予防には、高血糖と一緒に存在するとこれらの病気をとくに起こりやすくする因子をコントロールすることが大切です。その因子として高血圧、脂質異常（高コレステロール、低HDLコレステロール、高中性脂肪）、肥満が挙げられます。糖尿病が判明した場合にはこれらの因子を気をつけて徹底的に是正する必要があります。そうすることによってとくに動脈硬化の進行が抑制されることが明らかとなっています。

糖尿病治療のチーム医療の大切さ

これらの目的を達成する為に医師一人に限られた時間で多くの患者さんにお話しすることは不可能に近いことです。当院では隣の薬局を含めてすべてのスタッフが月に2回の勉強会を行なって、知識の習得に努めています。医師に相談したいことをあらかじめスタッフに相談して、そのことをカルテに記入しておくことにより医師の指導もより効率が上がります。また医師よりもじっくり時間を掛けて話を聞いてもらってスタッフから有益な助言をもらえる可能性があります。糖尿病は薬を飲めばそれで終わりという訳にはいかず、面倒くさい病気です。知っておいた方がよいことや療養上の注意事項がたくさんあるので、身近なスタッフに遠慮なく質問して下さい。御家族の方も、診察室・生活指導室・栄養指導室に是非ご同席されることをお勧めします。

生活指導室の役割について（担当：療養指導士 亀田御旨）

当院は糖尿病専門クリニックという特殊性を兼ね備えており、一般内科とは診察までの流れが異なります。糖尿病患者様の診察にいたるまでの順序は概ね次のようになります。①他のクリニックと同じように最初は「笑顔が可愛い」事務の人に受け付けをしてもらいます。②優しい看護師さんが登場し受診理由を聞かれたり採血をされたりします。採血を受けた人の中には優しい看護師が急に吸血鬼に見えると話される方もいますが、採血項目については事前に先生からの指示を受けております。③多くの方は生活指導室に入りますが、必要ない方は申し出て下さい。④その後先生の診察になるという流れです。

生活指導室のことを「取調室だ！」と笑いながら言われる人もいらっしゃいますが、決して「取調室」ではありません。糖尿病療養指導士（看護師）が療養生活全般の話聞きその中から改善できる点はないか話し合ったり、インスリン注射を初めて行う際の技術指導を行ったりしています。

いつも同じ事を聞かれると不満をお持ちの方もいらっしゃるかもしれませんが、話す事で受診までの期間の生活を振り返り、「これからどうすればいいか」が少しでも閃くようになっていただければと思っております。糖尿病という病気に前向きに取り組む姿勢を支援できればと考えております。生活指導に関しては特別の場合（インスリン導入時などで時間を要する場合）を除き料金はかかりません。現在生活指導に入っていない方でも、「先生に相談したいけれど、直接では話しにくいなあ」と思った時などに、声をかけて頂ければと思っております。まだまだスタッフも未熟で患者様に不愉快な思いをさせてしまう事があると思いますが、患者様と話をすることが療養指導士としての勉強になり、心より感謝しております。少しずつでも成長し患者様のお役に立てればと思っておりますので、宜しくお願いします。

休診のお知らせ

午後休診：4/10
休診：4/29~5/6
ご迷惑をおかけいたしますが
予めご了承ください。

4月

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

5月

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

桜咲く4月です。糖尿病をお持ちの方々には筍の季節がやってきました。土佐煮、若竹煮、筍ごはんが一般的ですが、新鮮なものはお刺身やホイル焼きで食べるのもいいですね。筍はほとんどカロリーを気にせずに食べられます。

発行日：2010年4月1日 発行責任者：医療法人社団 憩樹会 則武内科クリニック 院長 則武昌之

VOL. 84 10年04月 今月の特集 生活指導（無料）について

