

日本糖尿病療養指導士について

糖尿病は、高血圧、高脂血症、痛風などとともに、生活習慣病と位置づけられています。これらの疾患は、いずれも過食、肥満、運動不足、ストレスなどの生活習慣が引き金になって発症します。厚生労働省生活習慣病対策室の調査では、糖尿病患者数は約740万人（2000年）予備軍を含めると、千数百万人にもものぼると推定されています。また罹病年数が長い症例の増加に伴って、合併症（腎症による透析・網膜症による失明・神経症の進行による壊疽と下肢切断）、心筋梗塞、脳血管障害などの動脈硬化疾患を基盤にした大血管障害を有する患者さんも増加しています。これらの結果、医療費の急騰は社会的問題となり、その中で、糖尿病の占める比率は全体の4.1%に達しています。合併症の発症や進展の予防は、医療経済学の面から大きな社会的責任となっています。

一方、糖尿病は、自己管理の病気であるといわれるように、患者さん自身が治療を十分に理解し、日々の生活の中で実行していくことが一番大切です。糖尿病の治療は、食事療法・運動療法・経口薬飲用・インスリン自己注射・血糖自己測定と多岐にわたり、これらを身につけることは、容易ではありません。また、糖尿病の治療は生涯にわたります。長年身についた生活習慣を改め、時には人生観まで変えなければいけません。食事・運動療法を続けて行い、多くの患者さんが正確で最新の情報を得て自己管理方を修得していくためには、糖尿病療養指導従事者の質的向上と人員の充実が不可欠です。更に良い血糖コントロールを維持すれば、合併症の発症や進展が予防できることは明らかです。しかしわが国の糖尿病受療者のうち、良好な血糖コントロールを継続している人は僅か16%にとどまっています。そして、日本糖尿病学会認定の専門医数は2005年5月現在3113人です。急増する糖尿病患者さんの療養指導に対応できない状況です。

このような社会的要求に応えて発足したのが、日本糖尿病療養指導士制度です。

日本糖尿病療養指導士とは、糖尿病とその療養指導全般に関する正しい知識を有し、医師の指示の下で患者さんに熟練した療養指導を行うことのできる医療従事者（看護師・管理栄養士・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士）に対し、日本糖尿病療養指導士認定機構が与える資格です。米国、カナダ、オーストラリアなどでは1986年CDE制度が発足し、実績を積んでいます。わが国でも2000年、日本糖尿病学会、日本糖尿病教育・看護学会、日本病態栄養学会が母体となって、日本糖尿病療養指導士認定機構を任意団体として発足させました。

当院でも、4名の専門職員が、糖尿病療養指導士として、患者さんの指導にあたり、高い評価を頂いております。

例えば、医師の外来が混雑した時には、療養指導士が支援に入り、できるだけ詳しい生活情報を医師に伝えたり、身体情報についての説明も行っております。特に、図に示すような糖尿病手帳に記入し、医師の診察を受ける前に、患者さんが何を聞いたらいいか、頭の中を整理することに役立ち、それにより外来での診療の質も向上してきました。また、定期的に行う検査などのチェックも療養指導士が行っています。医師は外来が混雑すると定期的チェックをオーダーし忘れがちになりますが、療養指導士が支援に入ることによって、そうした忘れをなくすことに貢献しています。

さらに、糖尿病療養指導士として、自己インスリン注射療法の導入や、血糖自己測定機の導入、管理、指導などは、日常の仕事です。例えば、あやまってインスリン注射をしていた患者さんに、正しい注射のしかたを助言しただけで、不安定だった血糖コントロールが改善した患者様もありました。特に中間型インスリンについての指導については気を配っています。

他に、当院では、糖尿病の特有な合併症に対する注意もかかせません。網膜症に対する定期検査、それを眼科医師が定期的に検査します。また、振動感覚検査や心拍変動検査も、神経合併症を把握する上で重要な検査と位置づけ、個々の患者様に施行しています。

通院患者様の多くは、年1度の人間ドックをうけられている方もおられます。そんな時には、外来のデータと人間ドックのデータとがシームレスに閲覧できる電子カルテシステムがあり、それらのデータをもとに、糖尿病療養指導だけでなく、癌などの早期発見においても、療養指導士が関与し、糖尿病患者様のトータルライフ支援に貢献しています。人間ドック担当パラメディカル指導士が、糖尿病療養指導士の知識と技術をもっているという意味では、当院の糖尿病指導は独自の指導を行っている、高く評価をうけております。

図：糖尿病患者手帳（写真）

