

「糖尿病」って 怖い病気？



日本糖尿病療養指導士(CDEJ)
看護師長 河野 高子



【糖尿病について】

「糖尿病」って聞くとどのようなイメージを持ちますか？
糖尿病は自分自身で血糖をコントロールができる病気なのです！また、合併症にならなければ大きく恐れる必要はありません！そのためには定期的に受診し血糖状態の把握や合併症の進行状況を把握し、状態に応じた日常生活を過ごし、より良い血糖のコントロールが大切です。

しかし健康診断や受診を怠ると、糖尿病は自覚症状がないまま合併症が静かに進みます。血糖が高い状態が続くと、全身の血管に障害が起き、人体のあらゆるところに影響を及ぼします。特に影響を大きく受けやすい細小血管障害は5年以上の年数をかけて神経障害や眼・腎臓などの病気を発症します。大血管障害は肥満、喫煙、高血圧などの危険因子により動脈硬化が進み、脳卒中や狭心症、心筋梗塞、足壊疽など発症リスクが高まり生命の危険に直結します。さらに、糖尿病の方はそうでない方と比べると、アルツハイマー型認知症に約1.5倍なりやすく、脳血管性認知症に約2.5倍なりやすいと報告されています。このような症状は、糖尿病の主な合併症の一例です。

【東濃厚生病院での糖尿病療養支援について】

当院は、令和3年4月に糖尿病専門医が配属され、外来診療をはじめ糖尿病教育入院も行っています。糖尿病診療は、患者一人にかかる時間が他の診療と比べ時間を要します。私は、令和3年7月より今まで培ってきた糖尿病療養支援技術を多職種と協働し、地域の糖尿病患者に提供したいと考え、土岐市立総合病院から東濃厚生病院へ出向してきました。

外来患者層は高齢化に伴い年齢の高い患者さんも多く受診されています。中には「血糖値がなかなか下がらない」「最近、忘れっぽい」「楽しみは寄り合いでおやつを食

べることがやめられない」などの相談もあります。ゆっくりお話を聞いていく中で、生活の注意点などを一緒に見出しています。家族の方へも同時に支援させていただいております。自宅ですら安全に過ごせる環境作りのために介護サービスの再検討が必要と考えた場合は、ケアマネージャーと相談し連携や、訪問看護サービスの必要性も検討します。療養支援の中で足の状況観察をします。爪切り処置も行い、足の観察やケアの方法、靴の選び方なども支援しています。

当院には看護師・薬剤師・臨床検査技師のCDEJが在籍しており、新たに資格取得に向けて頑張っているスタッフもいます。このような糖尿病医療チームの仲間と『糖尿病患者さんが健康な人と変わらない日常生活の質(QOL)を維持し、いつまでも住み慣れた地域で暮らせるように』を目標に、地域との連携も強化をすすめ、より質の高い療養支援が提供できるよう今後も切磋琢磨していきます。

CDEJ(日本糖尿病療養指導士) Certified Diabetes Educator of Japan; CDEJ とは

CDEJ(日本糖尿病療養指導士)とは、糖尿病治療にもっとも大切な自己管理(療養)を患者に指導する医療スタッフです。高度でかつ幅広い専門知識をもち、患者の糖尿病セルフケアを支援します。この資格は、一定の経験を有し試験に合格した看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士に与えられます。

CDEJに認定されることは、糖尿病の臨床における生活指導のエキスパートであることを意味します。

糖尿病患者の療養指導は糖尿病の治療そのものであるとする立場から、患者に対する療養指導業務は、わが国の医療法で定められたそれぞれの医療職の業務に則って行われます。

医療は日々進歩しますので、CDEJとして認定された後も引き続き実践と研鑽を重ねて最新の知識・技能を身につける必要があります。このため、CDEJの認定制度は5年毎の更新制となっています。