

ネットワークアンケート ⑬

糖尿病ネットワークを通して

医療スタッフに聞きました

Q. 食事指導を、おおむね守れている患者さんはどの程度いると思われますか？

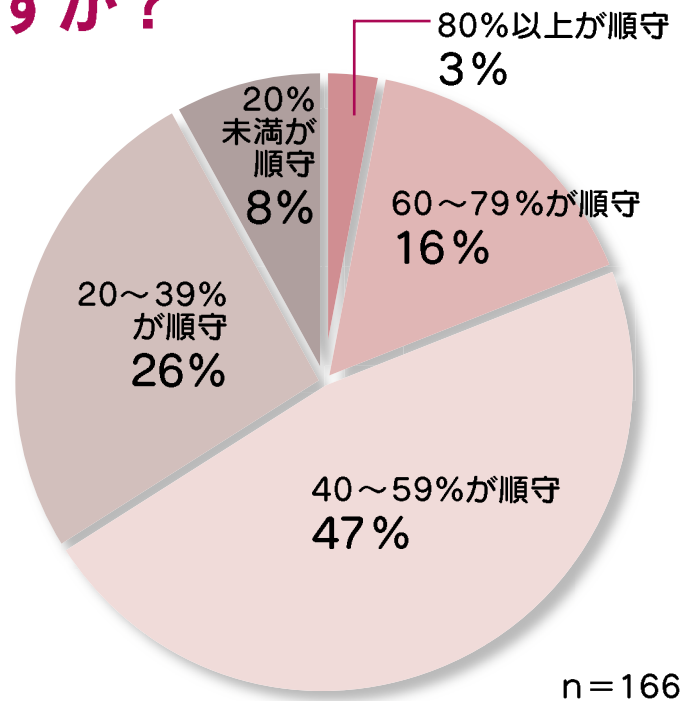
糖尿病の療養に欠かせない食事指導。日常の診療で、患者さんの食生活の実際を把握し、ライフスタイルにあった指導を行い、継続して実践してもらうのは容易なことではありません。今回は、患者さんに日々の食生活についても聞いてみました。

[回答数：医療スタッフ166(医師35、看護師33、准看護師2、管理栄養士41、栄養士42、薬剤師9、臨床検査技師2、理学療法士2。うち日本糖尿病療養指導士52、健康運動指導士2)、患者さんやその家族376(食事療法を行っている298、運動療法を行っている241、経口薬を服用している156、インスリン療法を行っている187/重複回答)]

食事療法をおおむね守れている患者さんは半数前後くらいと答えた方がもっとも多く、次に2~4割程度の患者さんという結果でした。食事指導はどのような時に行っているのかについて聞いてみると、医療機関の事情や患者さんの状態によりさまざまで、初診時や糖尿病教室で必ずしも食事指導が行われているわけではなく、必要な患者さんに絞って行っている所がほとんどでした。指導は「糖尿病食療法のための食品交換表(以下略、食

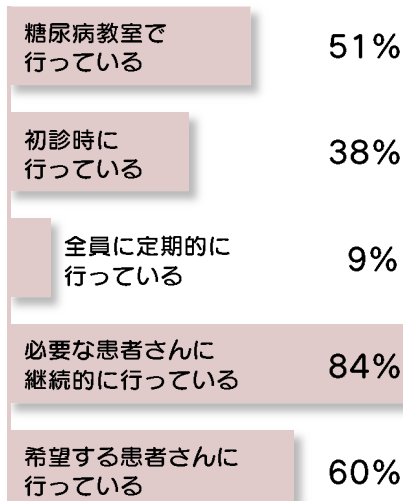
品交換表)を教科書にしながら(食品交換表を使用している35%、患者さんを選んで使用している54%)、独自の資料や医薬品メーカー等が配布している印刷物などと併せて活用していることが多いよ

うです。また、食事療法がうまくいった患者さんのコツやきっかけ、うまくいかなかった患者さんに共通する理由などを挙げて頂きましたので、以下に抜粋して紹介します。



Q. 糖尿病患者さんへの食事指導は、どのような時に行っていますか？(複数回答可)

n=139



食事療法がうまくいった患者さんの例 (自由記述より)

- ・ 家族・職場でサポートが得られる、夫婦で指導を受ける
- ・ 完璧にやらなくてもよしとする、できたことは褒める
- ・ インスリン導入、再導入を恐れて順守
- ・ 体重減少やSMBGの変化など、自分の体で感じる
- ・ 早食いと欠食に注意することから指導
- ・ 外食での残し方を中心に指導
- ・ 患者さんの困っていること、興味のあることに焦点を当てて指導
- ・ やせてカッコいいオヤジになる等の目標がモチベーションアップに
- ・ 患者会等に入り、情報交換、励まし合える仲間がいる
- ・ 気軽に相談できる環境がある、ストレスを溜めない

食事療法がうまくいかなかった患者さんの例 (自由記述より)

- ・ 病識がない、食事療法の重要性を理解していない
- ・ 単身赴任、寮生、独身者に多い
- ・ 無理、面倒、難しい、頑張っても残りの人生長くないと開き直る
- ・ 残業が多く、仕事が多忙、不規則、付き合いが多い
- ・ 外食、飲酒が多い
- ・ 病気になったことを周囲や環境のせいにする、言い訳多い
- ・ 教育入院での指導が理解できずにそのまま
- ・ 食への執着が強い人
- ・ 断れない、人に流れやすい、自分に甘いなどの性格
- ・ 医療スタッフとの信頼関係が築けず気軽に相談できない