



## 臨床糖尿病支援ネットワーク

## MANO a MANO



“mano a mano”とはスペイン語で“手から手へ”という意味です

## チャット君に負けない療養指導を考える

【当法人評議員】

東京医科大学八王子医療センター

深谷 祥子 [管理栄養士]

2022年11月に米国のオープンAI社からリリースされた、会話向け言語モデル「ChatGPT」は、あたかも人間と対話しているような自然な文章でのやりとりができ、大きな話題を呼んでいます。その「ChatGPT」をLINEでできるという「AIチャットくん」を実際に使ってみて、私なりに感じたことを書いてみたいと思います。

「AIチャットくん」はLINEユーザであればQRコードを読み取り、お友達登録をするだけで開始できます。1日に5つの質問までは無料でできますが、それ以上行いたい場合は有料登録が必要です。

お友達登録すると①話し相手②家事・生活③仕事の3つのテーマへの質問の提案があり、②の「3日分の献立を作ってもらおう」を選択しました。3日間の献立と、買い物リストまで出てきたので、次に「糖尿病、1600kcal、塩分6g、魚料理の献立教えて」と入力すると、1日分の献立の他に間食の選び方も書かれ、文の最後には個人差があるので必要に応じて医師や栄養士と相談することをすすめていました。献立名のみで量や作り方、栄養量などの記載がなかったため、「作り方や量が分からない」と入力したら、分量や料理方法を教えてくれました。「糖尿病の食事作るのは面倒だ」と入力したら、気軽に作れるレシピを紹介し、文の最後にはまた専門家への相談を提案していました。「なんで糖尿病なんかになったんだろう辛い」と入力すると、糖尿病になった理由が記載され、正しい食生活を改善することで健康的な食生活を行えるので心配しないでと慰めてまてくれました。

個人情報漏洩や知的財産の保護等の法整備など色んな課題をクリアする必要がありますが、最近では年配の方でもLINEを使いこなしている方も増えてきており、ちょっとしたお悩み解決するツールとしては使いやすいと思いました。ただ、自分の本当に聞きたいポイントに到達するには細かく指示し、回答を得るための質問のコツを掴んでいく必要があります。また、もっともらしく実は誤っている回答を作成することがあるため、正しい知識を持った人がファクトチェックを行う必要があります。回答文章のところどころに専門家への相談を提案しているのは、そういったことに対する防御策と思われました。

「ChatGPT」により情報を提供するだけの療養指導は必要とされない時代が近づいてきています。糖尿病療養指導士として患者さんの得た情報をファクトチェックし、正しい情報を伝達することはもちろんですが、会話の中での患者さんの表情や声のトーンなど注意深く感じ取り、患者さんが本当に望んでいること、そのためにできる力を引き出し、モチベーションを維持できるためのサポートを行うことができれば、AIを恐れずにうまく活用していくことができるのではないかと考えました。

読んで  
単位を  
獲得しよう

西東京糖尿病療養指導士(LCDE)は、更新のために5年間に於いて50単位を取得する必要があります。本法人会員は、会報「MANO a MANO」の本問題及び解答を読解された事を自己研修と見做し、**1年につき2単位**(5年間で10単位)を獲得できます。毎月、自分の知識を見直し、日々の療養指導にお役立てください。  
(「問題」は、過去のLCDE認定試験に出題されたものより選出、一部改変しております。)

問題 ● 次の文章を読んで以下の質問に答えてください。

35歳、女性。罹病期間20年の1型糖尿病。強化インスリン療法継続中。超速効型インスリン毎食直前10単位、持効型インスリン1日1回寝る前10単位、SGLT2阻害薬1日1回朝食後服用している。昨夜から体調がすぐれず、飲水は可能であったが、食事がとれなかった。低血糖を恐れて自己判断で持効型インスリンを中止した。本今朝電話が入り38.5℃の発熱があり、血糖値は300mg/dL、今朝SGLT2阻害薬は服用した、とのことだった。  
身体所見:身長 160cm、体重 65kg。

問題18 この患者への説明として正しいのはどれか、1つ選べ。

1. 「血糖値を上げるので、炭水化物はとらないでください」
2. 「SGLT2阻害薬はいつもどおり服用してください」
3. 「持効型溶解インスリンは今すぐ注射してください」
4. 「超速効型インスリンは量を半分にして注射してください」
5. 「診察しないと命にかかわります。今すぐ救急車を呼んでください」



## 報告

## 第8回糖尿病看護を語る会

日時: 令和5年2月4日(土)  
オンライン

令和5年2月4日(土)14:50~18:15、Zoomによるオンラインにて「第8回糖尿病看護を語る会～先人の知を次世代に継承していく為に～」が開催されました。基調講演は、「糖尿病患者におけるエンドオブライフケアの方向性」と題して京都府立医科大学附属病院 糖尿病看護認定看護師 肥後 直子先生にご講演いただきました。先生からは、今後現場の看護実践で私達が活用できると感じさせていただけるとような、エンドオブライフケア糖尿病看護の6つの援助指針をお示しいただきました。実際の症例提示もあり、大変わかりやすいご講演でした。第2部のシンポジウムでは「地域で暮らす糖尿病患者へのエンドオブライフケア」と題し、「クリニックでの取り組み」を原内科クリニック糖尿病看護特定認定看護師 水野 美華先生、「大学病院での取り組み」を名古屋大学医学部附属病院糖尿病看護認定看護師 中島 久美子先生、「訪問看護での取り組み」を武蔵野赤十字訪問看護ステーション 糖尿病看護特定認定看護師 豊島 麻美先生からご講演いただきました。各職場の最前線で糖尿病患者さんを支える看護実践の貴重な症例報告がありました。その後、参加者よりチャットを用いて質問を受け付け、演者の先生方と座長による「各施設での糖尿病看護の取り組みについて」のディスカッションが行われました。糖尿病患者さんが最期までその人らしく人生を生きることを支えていくこと、医療と生活をつないでいく調整役(コーディネーター)としての看護の役割や、患者さんだけでなくご家族含めたエンドオブライフケアについて、深く考える貴重な時間となりました。当日は約60名、北海道から沖縄まで、全国の看護師さんにご視聴いただき、大変有意義な会となりました。



各職場の最前線で糖尿病患者さんを支える看護実践の貴重な症例報告がありました。その後、参加者よりチャットを用いて質問を受け付け、演者の先生方と座長による「各施設での糖尿病看護の取り組みについて」のディスカッションが行われました。糖尿病患者さんが最期までその人らしく人生を生きることを支えていくこと、医療と生活をつないでいく調整役(コーディネーター)としての看護の役割や、患者さんだけでなくご家族含めたエンドオブライフケアについて、深く考える貴重な時間となりました。当日は約60名、北海道から沖縄まで、全国の看護師さんにご視聴いただき、大変有意義な会となりました。

## 報告

## 糖尿病災害対策委員会 第10回医療者向けセミナー

日時: 令和5年3月2日(木)  
オンライン

[当法人会員] 町田市民病院 横内 砂織 [看護師]

令和5年3月2日、糖尿病災害対策委員会の第10回医療者向けセミナーが、オンラインで開催され、81名の参加がありました。今回のテーマは「糖尿病災害時 サバイバルマニュアル」～自分のことは自分で守れますか?～です。委員会ではこれまでサバイバルマニュアルの配布と啓発を行ってきました。今回のセミナーは、このマニュアルをさらに活用し、災害時や災害に備えて医療者が患者にいかに支援できるかを考える機会となるよう企画されました。

シンポジウムでは、災害各時期にできることをテーマに、5名の先生から講演がありました。「準備期」として、杏林大学医学部付属病院の小林 庸子先生からは、ふだんから外出する時は1日分の薬を持ち歩くこと、災害時のインスリン注射をどう行かなど具体的なお話がありました。「超急性期」では多摩センタークリニックみらいの宮川 高一先生から、被災時の現実の情報を提供され、発災直後の不自由な状況がイメージできました。続いて「急性期」について駒沢女子大学の西村 一弘先生から、被災時の食事の栄養の偏りについてや、サバイバルマニュアルを使って避難所での食事の工夫をお話いただきました。また東京都栄養士会の「災害時における栄養・食生活支援活動」の市区との協定についてご紹介いただきました。「亜急性期」では、武蔵野赤十字訪問看護ステーションの豊島 麻美先生から、医療が適切に介入していれば防ぎ得た災害死についての話があり、医療者としてしっかりと支援したいと思いました。最後に立川相互病院の長谷部 翼先生から「エコミークラス症候群」とその予防について、イラストや動画を使ってわかりやすく解説いただきました。いずれの先生からも、被災時の課題が具体的に述べられ、サバイバルマニュアルが指導・支援にとっても役立つことがわかりました。災害はいつ、どんな形で私たちに起こるかわからないものです。今回の学びを胸に、サバイバルマニュアルを活用し、患者とともに備えたいと思います。



## 第57回糖尿病学の進歩

令和5年2月17日(金)～18日(土)

東京国際フォーラム

[当法人評議員]

立川相互病院

長谷部 翼 [理学療法士]

令和5年2月17日(金)～18日(土)に第57回糖尿病学の進歩が東京国際フォーラムにて開催されました。現地開催されるのは実に4年振りであり、私も足を運んで参加しました。今回は、“糖尿病療養指導に必要な知識”セッションにて富田益臣先生(下北沢病院 糖尿病センター/足病センター)より、「糖尿病療養指導に求められる足病の知識」を拝聴しました。

下北沢病院は日本初の足と糖尿病の総合病院として設立され、専門チームによる治療を展開していますが、国内全体では足病医が少なく包括的な診療科がないためunmet medical needs(いまだに治療法が見つからない医療ニーズ)が課題であるとお示されました。

IWGDFにおける糖尿病足病変のガイドラインでは足の合併症予防のために必要なこととして、①糖尿病患者へのフットスクリーニング、②リスクのある足の定期的な観察、③患者・家族・医療者への教育、④適切な靴の選択・処方、実際に履いてもらう、⑤足潰瘍のリスク因子の治療が掲げられていますが、富田先生からはそれに加えて⑥傷の状態からHbA1cの数値がわかるようになる(血糖が高い患者の傷は治らないし、創部も離開、感染する)、⑦体重コントロール(体重増加は義足断端の不適合、足底圧上昇につながり、潰瘍悪化や再発リスクを高める)、⑧心疾患系のリスク管理(足だけ治療するのではなく、全身管理も必要)といった項目の重要性についてもお話しされました。

またEvidenceの側面では、集約的フットケア(前潰瘍病変や胼胝・陥入爪・白癬・肥厚爪の治療、セルフケアに関する教育、適切な靴や装具の処方、アキレス腱延長術や屈筋腱切離など外科医との連携、歩行指導などの運動療法)を行うことで少なくとも75%の潰瘍再発予防が期待できるとされており、知識を伴ったフットケアと患者のアドヒアランスを向上させることで、足潰瘍を治療から予防へと優先順位を変化させていく必要性についてもお示されました。20世紀に足病医として功績を残したPaul Brandによれば、糖尿病患者の足の切断を防ぐには「医師、看護師などの医療従事者が患者さんの靴下や靴を脱がせて、足を調べることである」と世界的にも多い糖尿病患者さんの切断予防には多職種によるスクリーニングや治療が必要であると再認識することができました。

最後に、講演中にもご紹介されていた糖尿病さんへのフットスクリーニング方法として、Ipswich Touch Test(図1)をお示します。これは触覚(防御知覚喪失の有無)を確認する検査であり、患者さんに閉眼してもらい、両側の第1、3、5趾の指の先端を1～2秒軽く触れます。2ヶ所以上で感知できない場合は感覚障害ありと判断されます。この検査は糖尿病神経障害の検査方法として代表的な5.07 Semmes-Weinstein monofilamentを用いた触圧覚テストと同等の精度であることが示されており、特別な器具を用いらずにどなたでも簡単に評価できる方法です。是非、明日からの臨床で活用してください。



図1 Ipswich Touch Test

読んで  
単位を  
獲得しよう

答え **3** 下記の解説をよく読みましょう。

(問題は1ページにあります。)

解説 本症例は、1型糖尿病でありインスリン自己注射は必須である。

1. シックデイの食事は糖質の補給が最優先となるため、おかゆやスープやジュースなどで炭水化物を摂取させる。
2. SGLT2阻害薬は脱水やケトosisになる可能性があるのでシックデイには必ず休業させる。
3. 「血糖値を下げるためのインスリン」という考え方であるが「生命維持に必要なインスリン」であることも理解させ、食事が摂れなくても基礎分泌の代わりに持効型インスリンは継続させる。
4. 食事が半分程度の時には超速効型インスリンの投与量を半分にするが、本症例は食事が摂取できていないので、投与することで低血糖になる可能性がある。
5. 速やかに受診する方が良いが、「診察しないと命にかかわる」という表現は適切ではない。食事摂取不可能・著明な高血糖(350mg/dL以上)・尿ケトン陽性などが1日以上続く場合などには入院加療が必要となる。



## 研究会等のセミナー・イベント情報

 主催事業
  共催・後援事業
  その他

 西東京CSII普及啓発プロジェクト 第24回研修会

 申込必要

テーマ：『ハイブリッド・クローズドループの使い心地は？～新たな技術の評価と使い勝手は？・症例検討』

開催日：2023年6月20日（火）19：20～21：00

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：当法人会員 1,000円 / 一般 1,500円

申込：当法人ホームページの「セミナー・イベント情報」よりお申し込みください（6/20締切）

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位

 オン  
 ライン

 第34回武蔵野糖尿病医療連携の会Hybrid学術講演会

 申込必要

テーマ：『新しい治療、薬剤について』

開催日：2023年6月24日（土）17：00～19：00

参加方法：Zoom / ワイム貸会議室立川（立川市曙町1-15-1谷ビル3階）

申込：セミナープログラムに掲載のURLよりお申し込みください（6/23締切）

問合せ：サノフィ㈱（担当：青柳）メール：Kazuhiro.Aoyagi@sanofi.com

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：3単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第2群>：0.5単位申請中

☆日医生涯教育制度：1.5単位申請中

 参加費  
 無料

 ハイブ  
 リッド

 第61回 糖尿病診療－最新の動向 [医師・医療スタッフ向け研修講座]

 申込必要

開催日：2023年7月2日（日）9：30～13：00

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：3,000円

申込：糖尿病情報センターHPに掲載の申込フォームよりお申し込みください（6/25締切）

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：7単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第2群>：1単位申請中 他

 オン  
 ライン

 2023年度 西東京糖尿病療養指導プログラム(CDEJ1群)

 申込必要

第19回 西東京教育看護研修会

第7回 西東京臨床検査研修会

第19回 西東京病態栄養研修会

第7回 西東京運動療法研修会

第19回 西東京薬剤研修会

開催日：2023年7月9日（日）9：25～16：30

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：7,000円

申込：当法人ホームページの「重要なお知らせ」または「新着情報」の

「2023年度 西東京糖尿病療養指導プログラムのお申し込みはこちらから」より

お申し込みください。（6/30締切）

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：10単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第1群>：申請中 他

 オン  
 ライン


## 発行元

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク事務局  
 〒185-0012  
 国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山No.3-802  
 TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478  
 https://www.cad-net.jp/  
 Email:w\_tokyo\_dm\_net@crest.ocn.ne.jp

## 編集後記



2023年5月8日、新型コロナウイルス感染症の感染症法での位置づけが「5類」となりました。社会全体が少しずつ明るい方向に動き出していること、コロナ禍前の日常が戻りつつあることは喜ばしいのですが、欧米と違って感染した人が少ない日本において、まだ今後の感染動向を注視していく必要があると感じています。5月8日からSARS-CoV-2に何か変化が起きたわけではありません。我々が関わる、糖尿病のある人（特に血糖管理がうまくいっていない人）へのCOVID-19関連の支援は継続していきたいと思っています。（広報委員 佐藤 文紀）