

# まぼろしへのかけはし

基本理念 希望のある医療



## “患者さまと二人三脚 糖尿病看護”

糖尿病看護認定看護師 川崎 廣美

糖尿病は長期的な経過をたどり、生涯にわたり治療が必要となり、患者さまご自身によるセルフケアを必要とする慢性疾患です。

ある日突然「あなたは糖尿病です」と言われ、その日から病気との共存が始まります。しかし、痛くも痒くもないため自分のからだに起こっている事を正しく理解することが出来ず、そのまま放置してしまう方も少なくありません。糖尿病になってしまった場合、合併症を起さないようにすることや合併症が進まないように血糖をコントロールしていくことが重要です。血糖をコントロールしていくためには、今までの生活の中に食事療法や運動療法などの療養行動を取り入れていくことが必要になってきます。しかし、糖尿病の治療は日常生活の中で行われることが主になるため、自分のお身体より優先しなければいけないことがあると療養行動が後回しになってしまうことが少なくありません。また、一人で取り組んでいると自分に甘えがでてしまい、気がつけば元の生活に戻っていることもあります。

当院では、多職種で構成されている生活習慣病予防対策チームが中心となり、糖尿病一次予防を目的として生活習慣病予防教室を開催しています。昨年度は年 3 回開催し、全回ともに参加して下さった方もおられました。アンケートの結果より、何かしらの取り組みを自分の生活に取り入れて行動しているという意見がありました。とてもうれしいことです。

今年度は年 4 回開催の予定です。(裏面参照)

今後は、糖尿病の二次・三次予防を考慮した内容とし、ご自身の日常生活に変化が出てくる事を目標に支援したいと考えています。多数のご参加をお待ちしております。

永田院長着任後より、1 型糖尿病治療のインスリンポンプを使用している方や、カーボカウント（食事の炭水化物量を計算することで血糖値を調整する方法）を用いて血糖をコントロールされている方が、通院されるようになりました。1 型糖尿病の方はインスリン依存性であり、シックデイ時には糖尿病ケトアシドーシスを起こしやすいので日頃からインスリン調整が重要となります。よりよい血糖コントロールを目指すために今後もチームで、ご家族とともに患者さまとの関わりが深められますように取り組んでいきたいと考えています。



【生活習慣病予防教室の様子】

# お知らせ

## 1. 緩和ケア内科外来の診察時間の変更について

	月	火	水	木	金	
吉村医師		○	○		○	9:00~ 13:00
若原医師	○			○		完全予約制



【平成27年度 看護の日】

## 2. 平成27年度生活習慣病予防教室のご案内

27年度のテーマ：血管を若返らせる生活習慣のすすめ

場 所：当院2階講義室

時 間：13:30~15:00（受付は13:00から）

※血管年齢測定(PC)・血糖測定・血圧測定・体組成計による測定があります。

平成27年7月15日(水)	あなたの身体は動脈硬化の危険にさらされていませんか？ 色々な血管を見てみよう！
9月16日(水)	食生活を見直して、血管イキイキ！ 身体を動かすことで悪玉コレステロールを退治！
11月18日(水)	血管に負担をかけている要素とは何？ 血管を守るためのおくすり！
平成28年2月17日(水)	動脈硬化と生活習慣の密接な関係とは？ 動脈硬化の指標となる検査は？

## 3. 6月のホッとひと息寄り道講座

テーマ **振り込め詐欺について**

講 師 警察官

日 時 6月15日(月) 24日(水) 10:00~10:30

場 所 正面玄関ホール 公衆電話前

## 4. 看護の日を開催しました

フローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日は「看護の日」に制定されています。

高砂市民病院でも～看護の心をみんなの心に～をテーマに、心温まる看護が提供できるよう

5月8日(金)「看護の日」を開催しました。

286名のたくさんの方にご参加いただきました。どうもありがとうございました。



きぼうへのかけはし

に関するお問合せは、

地域医療連携室までお願いします。

連絡先 〒676-8585 兵庫県高砂市荒井町紙町33番1号

TEL 079-442-3981(内線5146)

FAX 079-443-1401

ホームページ <http://www.hospital-takasago.jp/>