

# おかやまDMネットジャーナル

OKAYAMA DM NET JOURNAL  
2014 the first issue

岡山県内の糖尿病医療連携・チーム医療の深化を目指して



特集

## 「おかやまDMネットジャーナル」 創刊にあたってのごあいさつ

連携医療機関紹介  
最近のトピックス  
SGLT2阻害薬

うまレピ!  
低カロリーでも  
夏バテしない食事  
豚肉骨付き肉のトマト煮

DMなんでも相談室

## DMなんでも相談室

### 「DMなんでも相談室」を開設しました!

「糖尿病患者さんの治療のことで分からないことがあるけど、誰に聞けばいいの?」「こんなこと聞いてもいいのかな?」「質問するのは少し恥ずかしいな...」「他職種の見聞も聞いてみたい」「患者さんの支援体制や医療費はどうなっているの?」「利用できる介護サービスは?」などなど、糖尿病患者さんの診療に日々携わるなかで、お困りの点や疑問はありませんか?

この度、「岡山県糖尿病等生活習慣病医療連携事業」事務局では、糖尿病診療に関わる医師やメディカルスタッフが、何でも質問できるEメール窓口「DMなんでも相談室」を開設いたしました。「DMなんでも相談室」は医師、薬剤師、看護師、管

理栄養士、医療ソーシャルワーカー (MSW) から構成され、糖尿病診療に関わる全ての職種の方々からの質問にお答えします。どんな小さな疑問でも構いません。お気軽にご質問をお寄せください!

#### 私たちがお答えします!

相談員：四方賢一 (医師)、利根淳仁 (医師)、  
晴田佑介 (薬剤師)、大橋睦子 (看護師)、  
長田麻里 (看護師)、坂本八千代 (管理栄養士)、  
林本加奈枝 (管理栄養士)、野口紬子 (管理栄養士)、  
石橋京子 (MSW)、宮本和子 (MSW)、  
河村 瑛 (MSW)



DMなんでも相談室では皆様からの疑問や質問を募集しております。お気軽にご相談ください。  
連絡先：DMcenter@md.okayama-u.ac.jp  
※医療従事者専用の相談窓口です。患者様は、まずかかりつけの医療機関で主治医の先生にご相談ください。

### おかやまDMネットのこれから

#### ●おかやま糖尿病

##### サポーター認定研修会

★新見 10/18 (土)

介護老人保健施設 くらかみ

★津山 11/9 (日) 津山保健センターホール

★浅口 1/25 (日) 金光病院

★岡山 2/15 (日) 岡山大学病院

マスカットキューブ3F 講義室

★東備 3/1 (日) おさふねサービスエリア



本年度のおかやま糖尿病サポーター認定研修会は定員がいっぱいになりました。

#### ●総合管理医療機関認定・更新研修会

★岡山 10/9 (木) 岡山衛生会館 中ホール

★津山 10/30 (木) 津山鶴山ホテル

19:00~20:00 A講座

20:00~21:00 B講座

※研修会の詳細・お申込みにつきましては、岡山県糖尿病等生活習慣病医療連携推進事業 (<http://www.ouhp-dmcenter.jp/project/>) や 県医師会 (<http://www.okayama.med.or.jp/>) のホームページをご参照ください。

おかやま糖尿病サポーター認定研修会	11:00~14:00	医師	「糖尿病とは・診断と治療・合併症について」
	14:00~14:30	管理栄養士	「糖尿病食事療法の基本」
	14:50~16:20	糖尿病看護認定看護師	「インスリン自己注射と血糖自己測定・低血糖・シックデイ (実技含む)」

#### 編集後記

情報提供に加えて、地域での連携の様子やメディカルス

「おかやまDMネットジャーナル」創刊号、いかがでしたでしょうか? 次号以降も最新の

スタッフの取り組みにもスポットを当てた企画等を予定しております。皆さまのニーズに沿った情報発信が出来ればと思いますので、末永くよろしくお願いいたします。

(利根)

特集

# 「おかやまDMネットジャーナル」 創刊にあたってのごあいさつ

岡山大学病院新医療研究開発センター教授 岡山大学病院糖尿病センター副センター長  
岡山県生活習慣病対策推進会議糖尿病対策専門部会長  
四方 賢一



平素より「岡山県糖尿病等生活習慣病医療連携事業」にご理解とご協力を賜り、誠に有難うございます。

超高齢社会を迎え、質の高い医療を効率的に提供するために様々な医療

分野で医療連携体制の構築が進められていますが、糖尿病、メタボリック症候群など生活習慣病に関連する分野での医療体制の整備も「健康寿命の延伸」という観点から喫緊の課題であります。

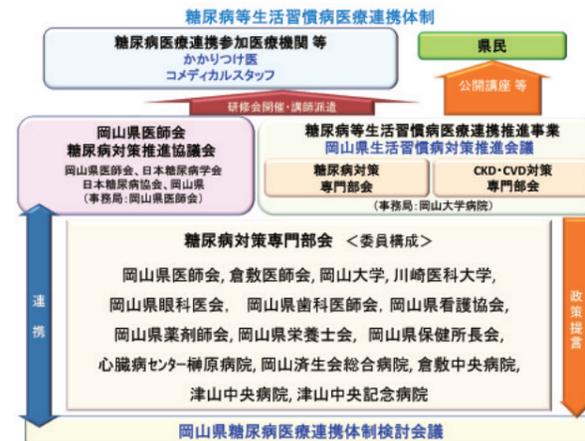
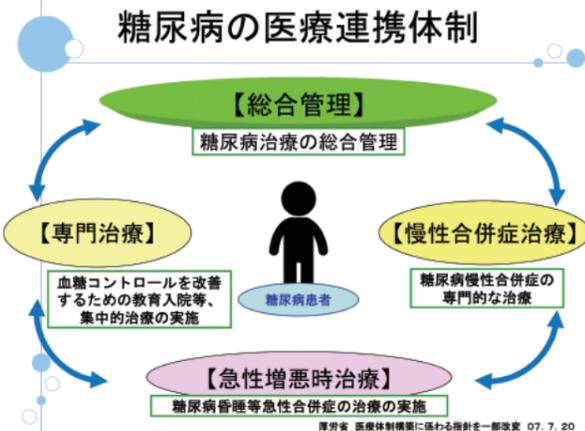
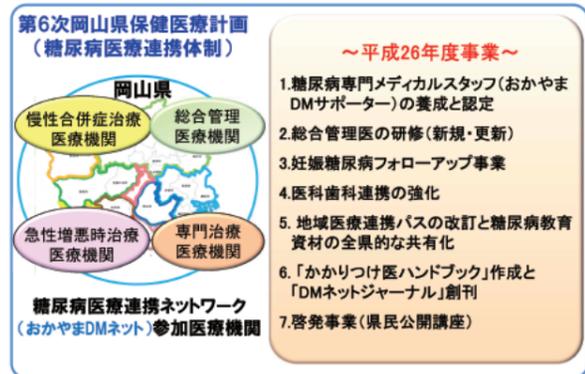
岡山県では県医師会の大変熱心な取り組みによって2005年より「岡山県医師会糖尿病対策推進協議会（事務局：岡山県医師会）」が組織され、2008年からは行政、県医師会、各種医療担当者から構成される「岡山県糖尿病医療連携体制検討会議（事務局：岡山県健康推進課）」が設置され、連携しながら医療連携体制の構築が図られてきました。

さらに、糖尿病医療に関わる医師およびメディカルスタッフの資質向上と県民への普及・啓発を推進する目的で、2012年より「岡山県糖尿病等生活習慣病医療連携推進事業（事務局：岡山大学病院糖尿病センター）」が設置され、岡山県全域における糖尿病医療連携体制の推進、診療水準の維持・向上を目的とした研修会の開催や県民公開講座などの啓発活動を進めております。

現在までに総合管理（かかりつけ医）医療機関255施設、専門治療医療機関27施設、慢性合併症治療医療機関470施設、急性増悪時治療医療機関19施設と数多くの御施設にご登録いただいております、岡山県糖

尿病医療連携ネットワーク（「おかやまDMネット」）が構築されています。当事業発足から3年目を迎えました今年度は、総合管理医（かかりつけ医）の認定・更新のための研修会の開催に加えて、糖尿病診療に関わるメディカルスタッフの養成を目的として「おかやまDMサポーター制度」を新設し、認定のための研修会を県内各地で予定しております。また、「妊娠糖尿病フォローアップ事業」を発足させ、妊娠糖尿病患者の分娩後のフォローアップ体制の確立に向けて取り組みを開始しております。

第2次地域医療再生計画 糖尿病等生活習慣病医療連携推進事業



上記に加えまして、情報発信力の強化と連携体制の深化・発展を重点事項に掲げて取り組んでおり、その一環としてこの度、「おかやまDMネットジャーナル」創刊の運びとなりました。年3～4回の発行を予

## ロゴマーク決定！

岡山県糖尿病医療連携体制（ネットワーク）は、「総合管理」、「専門治療」、「慢性合併症治療」、「急性増悪時治療」の4つの医療機能をもつ医療機関の連携体制（ネットワーク）を構築しております。



昨年度愛称とロゴマークを募集し、選考の結果、愛称「おかやまDMネット」と、ロゴマークが決定いたしました。

### ●ロゴマークのコンセプトについて

デザイナー 香川県 垂水 秀行  
ブルーサークルに漢字の「岡」を重ねて、岡山県の糖尿病医療をわかりやすく表現しました。

4人が円陣を組む姿に模したデザインは、「総合管理医療機関」「専門治療医療機関」「慢性合併症治療医療機関」「急性増悪時治療医療機関」の4つの医療機関の連携体制を象徴し、医療の質の高さや誠実さが伝わるように、シンプルかつ落ち着いた雰囲気仕上げました。

また、均整の取れた円グラフのように表現することで、地域の人々の心身の安定や、幸せな生活へと導かれるように想いを込めています。



定しており、今後も誌上に最新のトピックスや地域での取り組みの様子などをどんどん御紹介してまいります。

今後とも一層のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

## 「おかやまDMネット」事務局紹介

平成24年度より岡山大学病院 糖尿病センター内に「岡山県糖尿病等生活習慣病医療連携推進事業」事務局が設置され、平成26年度からは「糖尿病看護認定看護師チーム岡山」および「CDEJチーム岡山」の事務局が同センターに移転しました。

現在、医師1名、看護師1名、事務員1名の3名が専属スタッフとして在籍し、当事業主催の研修会や講演会の企画・運営、糖尿病医療連携の推進、各種連絡業務など、岡山県の糖尿病医療連携に関わる様々な業務を行っています。

昨年度には、皆様により親しみを持っていただけるよう愛称を公募し、「おかやまDMネット」に決定いたしました。

「お互いの顔が見える医療連携」を理想として取り組んでおりますので、皆様も事業に関してお気づきの点等がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。

今後とも「おかやまDMネット」をどうぞよろしくお願い申し上げます。

【事務局】  
利根 淳仁（医師）、長田 麻里（看護師）、武本 祥恵（事務員）  
〒700-8558 岡山市北区鹿田町2-5-1  
Tel：086-235-7209 Fax：086-235-6834  
URL：http://www.ouhp-dmcenter.jp/project/  
E-mail：DMcenter@md.okayama-u.ac.jp

かかりつけ医 (総合管理医)

地域で糖尿病診療に取り組む医療機関をご紹介します。

## 医療法人 佐藤医院

院長 ● 佐藤涼介

当院では、糖尿病発症予防の生活指導に努め、早期発見、早期治療を目指しています。

最新のインスリン治療にも積極的に取り組み、当院でのインスリン導入例も多く、喜んで頂いています。また、糖尿病性腎症や1型糖尿病などの重度の方も岡山大学病院糖尿病内科、腎臓内科と緊密な連携を行い、しっかりサポートさせて頂いています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00~12:40	○	○	○	○	○	○	
午後 16:30~18:30	○	○		○	○		

- 住所 〒700-0864 岡山市北区旭町15
- 電話 086-223-7746
- FAX 086-223-7760
- 休診日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日
- HP: <http://www.satoclinic.or.jp/>



## 医療法人 洗心堂 宮島医院

院長 ● 宮島啓人

宮島医院は、真庭市中西部に位置する無床診療所です。糖尿病の治療は、医師2名、看護師3名、管理栄養士1名(CD E J2名)が担当しており、診療前の待ち時間に血液検査、療養上の相談や指導、足病変のチェック等を行います。特定健診でのHbA1cの結果から、糖尿病診療ガイドを基に精査を行い、糖尿病や境界型の早期発見に努めています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	
午後 16:00~18:30	○	○	○		○		

- 住所 〒717-0024 真庭市月田6840
- 電話 0867-44-2403
- FAX 0867-44-3432
- 休診日 木曜・土曜午後、日曜、祝日、年末年始
- HP: <http://miyashima-iin.webmedjpr.jp/>



## 専門施設

## 倉敷中央病院

糖尿病内科主任部長 ● 松岡 孝

当院は岡山県南西部の中核病院(1161床、医師450名)であり、糖尿病内科スタッフは後期研修医を含み10名(内2名は育休中)、病棟は単科病棟(23床+観察3床)で入院約450人/年、平均在院日数11.8日、外来患者約4000人/年、初診紹介率100%、逆紹介率は200%を超え病診連携は密に行われています。糖尿病教室は病棟で毎日、外来糖尿病教室として週1回行い、外来は3名/日体制、特殊外来としてインスリンポンプ外来、地域連携パス外来、フットケア外来、認定看護師による療養指導を週1回、その他糖尿病透析予防指導、栄養指導、自己注射・自己血糖測定指導などニーズに応えるチーム医療を実践し、全人的医療を目指しています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	△	
午後 13:00~17:00	○	○	○	○	○		

- 住所 〒710-8602 岡山県倉敷市美和1-1-1
- 電話 086-422-0210(代表)
- FAX 086-421-3424
- 休診日 日曜・祝日・年末年始・創立記念日「6月2日」
- HP: <http://www.kchnet.or.jp/>
- △…土曜日午前中は予約再診患者のみです。初心患者は紹介患者のみで、可能な限り事前予約をお願いしています。



## 岡山済生会総合病院

糖尿病センター長 ● 中塔辰明

当糖尿病センターでは、糖尿病専門医、看護師、管理栄養士、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、保健師など多職種がチームを組んで糖尿病診療を行っています。糖尿病療養指導士の資格は19名が取得しています。糖尿病教室は月曜日から金曜日まで毎日開催し、夜間糖尿病教室も含め、年間250回、350時間を超える教室を行っています。料理教室、食事会、歩こう会などの活動も積極的に行っています。糖尿病治療においてはかかりつけ医の先生との医療連携を推進するとともに、眼科・腎センターを始めとする院内各科・各センターとの連携も密にして糖尿病治療を行っています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
8:30~17:00 (土曜のみ8:30~12:50)	○	○	○	○	○	○	

- 住所 〒700-8511 岡山市北区伊福町1-17-18
- 電話 086-252-2211(代表)
- FAX 086-255-2224
- 休診日 日曜日、祝日、創立記念日(11月第2水曜日)
- HP: [http://www.okayamasaiseikai.or.jp/sector/center\\_diabetes/index\\_html](http://www.okayamasaiseikai.or.jp/sector/center_diabetes/index_html)



# DM Topics

最近のトピックス

## 新しいメカニズムのくすり SGLT2阻害薬

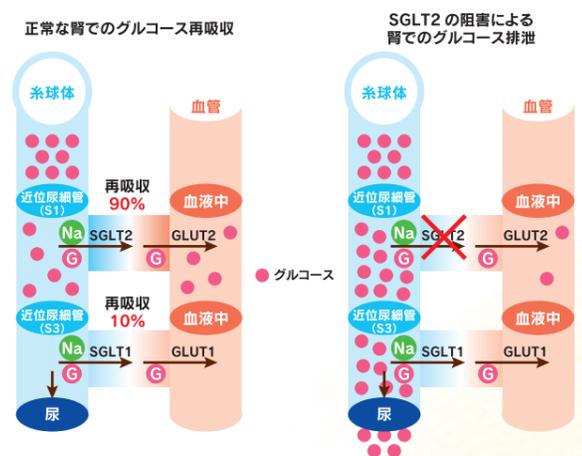
「SGLT2阻害薬」は、「尿中に糖が出るのが悪い」という糖尿病の常識を覆す全く新しい治療薬です。

岡山大学病院薬剤部 晴田 佑介

SGLTとは、sodium glucose (co)transporter (ナトリウム・グルコース共輸送担体) の略で、体内でグルコース(ブドウ糖)やナトリウムといった成分を取り込む役割を担っています。

SGLT2は腎臓の近位尿細管という場所に限定的に存在しており、近位尿細管で再吸収されるグルコースの90%はSGLT2の働きによります(図1)。糖尿病の方ではこのSGLT2の発現が増加しており、尿糖排泄が減って高血糖になるという悪循環が起こっています。

図1. 腎近位尿細管におけるSGLT1とSGLT2によるグルコース再吸収と、SGLT2阻害による腎近位尿細管でのグルコース排泄



SGLT2阻害薬は、腎臓のSGLT2を選択的に阻害してブドウ糖の再吸収を抑制し、血糖の上昇を抑えます。最低限のブドウ糖はSGLT1により再吸収されるため、極端な糖質制限などを行ってなければ低栄養状態にはならないとされています。さらに血糖値の上昇を抑えるという作用に加えて、体重減少効果、血圧低下、脂質プロファイルの改善作用などを有することが明らかとなり、注目されています。いわゆるメタボリック・シンドロームの患者さんには良い適応と言えるかもしれません。一方で、本剤は

尿を介して糖が排泄されるという特性がありますので、中等度以上の腎機能障害を認めるケースでは効果が大幅に減弱するため推奨されません。

副作用としては、尿量が増えることによる脱水、尿糖が増えることによる尿路感染症のリスク、インスリン分泌が著明に低下した患者さんではケトアシドーシスを助長する可能性もあり、特に高齢者やADLの低下した患者さんへの投与には厳重な注意が必要です。発売開始から1ヶ月間の副作用報告を受け、6月13日に発表されました「SGLT2阻害薬の適正使用におけるRecommendation」の抜粋をお示しいたします。また、ビッグアナイド薬と併用する際には、SGLT2阻害薬による脱水が一過性の腎機能低下、乳酸アシドーシスを引き起こすリスクとなり得るため、夏場を中心に適切な水分補給について患者さんにお話しする必要があります。

全く新しいタイプの糖尿病治療薬ですが、その特性とリスクを十分に理解して対処することで、有用な臨床効果が期待されます。

### SGLT2薬の適正使用に関するRecommendation(抜粋)

- (1) インスリン分泌促進薬やインスリンと併用する場合には、低血糖に注意する。
- (2) 高齢者への投与は、慎重に適応を考えたうえで開始する。
- (3) 脱水防止について、十分に対策を講じること。利尿剤との併用は推奨されない。
- (4) シックデイの時には必ず休薬する。
- (5) 本剤投与後、皮疹・紅斑などが認められた場合には速やかに投与を中止し、皮膚科にコンサルテーションする。
- (6) 尿路感染・性器感染については、適宜問診・検査を行って、発見に努めること。
- (7) 原則として、本剤は他に2剤程度までの併用が当面推奨される。

「SGLT2阻害薬の適正使用に関する委員会」  
策定:2014年6月13日 改訂:2014年8月29日

## うまレピ!

大葉やミョウガのスライス飾ると和風の味が楽しめます

食事療養中だって美味しいもの食べたい!!

## 豚肉骨付き肉のトマト煮

マリネした豚肉を蒸し余分な脂を落とし、うまみを凝縮したメニューです。トマトソースと煮込むことでぐっとおいしくなります。

監修:岡山大学病院 臨床栄養部 坂本八千代



低カロリーなのにボリューム満点! 夏バテしない食事!!

材料/1人分 [1人分:292kcal]

- 豚ロース肉(骨付き).....100g
- しょうが(皮).....少量
- エクストラバージンオイル...少量
- ローリエ.....少量
- ニンニク.....1片
- セージ.....3枚
- 茹でた白インゲン豆.....50g
- スパイストマト.....50g

ブチトマト、玉葱、ニンニク、生姜、オリーブ油をゆっくり炒めて煮込んだソースです。カイエンペッパー、カルダモン、丁子、ターメリック、コリアンダー、ローリエを入れて煮込むことで風味のあるソースができます。[ブチトマト1,250g、玉葱250g、ニンニク30g、生姜30g、オリーブ油70g、クミンシード4g]

つくり方

- ①ブタ肉を生姜、オリーブオイルでマリネしておく
- ②蒸し器に油をはり、ローリエ、生姜の皮を入れ豚肉を入れて蒸す
- ③フライパンにオリーブ油をスプレーし、ニンニク、セージを

- ④茹でた白インゲン豆とスパイストマトを入れて煮込む
- ⑤皿に盛りつけ、香草を飾る

	グラム	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	糖質(g)
豚ロース肉骨付き	80	173	16.5	0.2
オリーブ油	3	28	0.0	0.0
白インゲン豆	50	72	4.3	12.4
トマト	50	15	0.5	3.6
玉葱	10	4	0.1	0.9
合計		292	21.4	17.1

## focus CDEJチーム岡山の取り組み

心臓病センター榊原病院 保健師主任 吉沢 祐子 (CDEJチーム岡山 代表・糖尿病看護認定看護師・日本糖尿病療養指導士)

2001年からCDEJ (Certified Diabetes Educator of Japan:日本糖尿病療養指導士)という資格ができた岡山県内は2014年6月現在445人(中四国第2位)のCDEJが活躍しています。

CDEJは、糖尿病を持つ人やその周囲の人々が、糖尿病をもちながら生活する上で必要な知識や方法を指導したり、高度で幅広い専門知識を活かしながら困っておられることを一緒に解決できるようなお手伝いを行っています。受験資格は、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士の5職種いずれかの国家資格を有している人が、日本糖尿病学会専門医が診療している医療機関で一定経験を有していれば受験できます。

2007年から「CDEJチーム岡山」と称し、県内の糖尿病に関わる支援をする意欲のある医療スタッフのサポーターと共に、糖尿病療養全般に関する

知識・情報の提供や交換を行い、岡山県の糖尿病療養支援の質の向上および円滑な医療連携に寄与を目指し活動しています。

岡山県は交通のアクセスが良く、中四国地区のセミナー拠点になることが多く、「CDEJチーム岡山」が運営協力を行い施設の枠を超えた仲間づくりにも役立っています。

CDEJの多くは病院に所属し、県南東部に偏在しており地域格差があります。こうした背景からCDEJチーム岡山や、次号掲載予定の糖尿病看護認定看護師チーム岡山が協力し2013年4月から、総合管理医(かかりつけ医)に所属するメディカルスタッフを対象に糖尿病患者を支えるための学習会を始めています。

患者さんのサポートはもちろん、患者さんと医療者の橋渡しができるようなCDEJチーム岡山でありたいと思っています。

