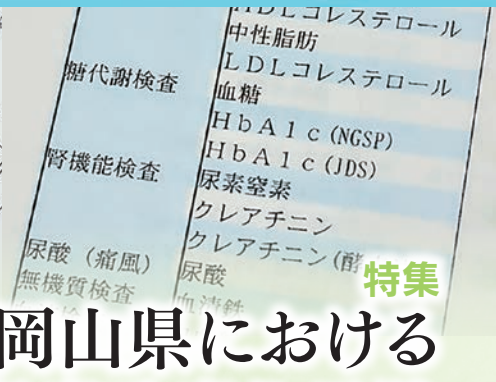
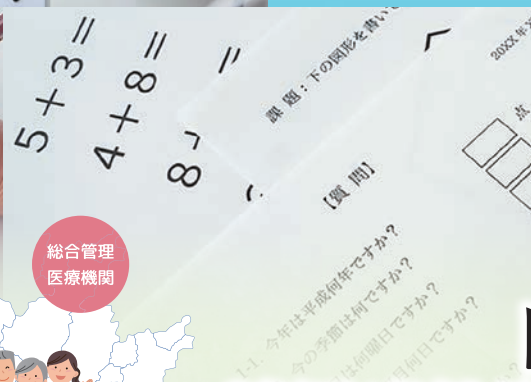
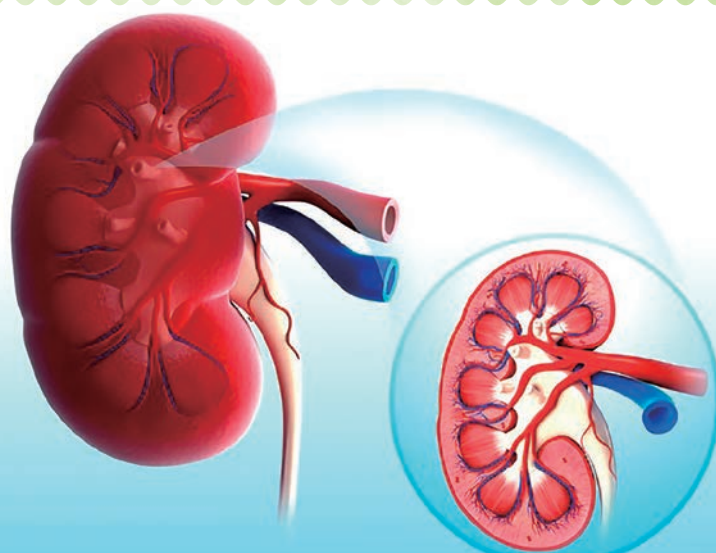


おかやまDMネットジャーナル

OKAYAMA DM NET JOURNAL
2018 the eleventh issue

2018
新緑号
No.11

岡山県の糖尿病医療連携・チーム医療の深化を目指して



岡山県における 糖尿病性腎症重症化予防 プログラム

連携医療機関紹介

最近のトピックス

糖尿病と認知症
～認知症予防の観点から～

うまレピ!
ちらし寿司

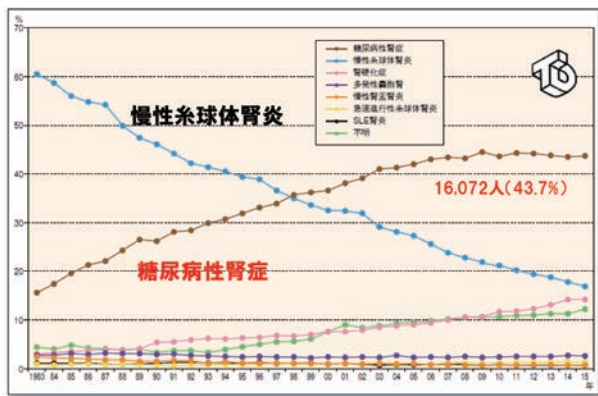
糖尿病かかりつけ医 (総合管理医療機関) ハンドブック
第三版を発行しました!

特 集

岡山県における
糖尿病性腎症重症化予防
プログラム

岡山県糖尿病対策専門会 会長
岡山大学病院新医療研究開発センター
四方 賢一

糖尿病性腎症は、日本における最大の透析導入原因疾患である。糖尿病性腎症の重症化を予防して透析導入を抑制することは、糖尿病患者さんのQOLと生命予後を改善するために極めて重要であり、さらに医療費抑制の面からも喫緊の課題となっている。



日本透析医学会：わが国の慢性透析療法の現況、2015年12月

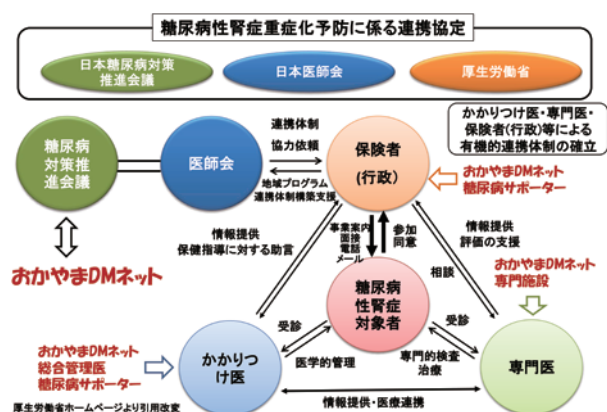
慢性透析療法導入の主要原因疾患の推移

このため、厚生労働省は平成28年4月に「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を作成し、日本医師会・日本糖尿病対策推進会議との3者による「糖尿病性腎症重症化予防に係る連携協定」を締結した。糖尿病が重症化するリスクの高い医療機関の未受診者・受診中断者について、関係機関からの適切な受診勧奨、保健指導を行うことにより治療に結びつけるとともに、糖尿病性腎症等で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者に対して主治医の判断により保健指導対象者を選定し、腎不全、人工透析への移行を防止することを目的としている。（参考：日本医師会、日本糖尿病対策推進会議、厚生労働省、糖尿病性腎症重症化予防プログラム、厚生労働省ホームページ）。

糖尿病性腎症重症化予防プログラムでは、医師会、専門医、かかりつけ医、保険者などが役割分担をして、有機的連携体制を構築することによって、糖尿病腎症患者の重症化を予防する。さらに、都道府県に

おける重症化予防プログラムを策定することが求められている。

岡山県では、各市町村で糖尿病性腎症重症化予防事業が行われているが、平成29年度に糖尿病対策専門会議において、独自の「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を策定した。一方、全国健康保険協会（協会けんぽ）岡山支部等と共同で、健康診断受診者を対象とした重症化予防プログラムを作成して事業を開始した。このプログラムでは、健康診断で高血糖に加えて腎機能低下または蛋白尿を伴う人を対象に受診勧奨を行い、専門治療医療機関で治療と療養指導を行った後に、かかりつけ医で治療を継続するシステムを採用した。受診勧奨にはおかやま糖尿病サポーターが、専門治療医療機関での指導には、糖尿病専門医、糖尿病看護認定看護師、日本糖尿病療養士同士（CDE-J）が参加し、その後は総合管理医療機関にて治療を継続する計画である。



糖尿病性腎症重症化予防事業とおかやまDMネット

糖尿病性腎症重症化予防プログラムはまだ始まったばかりですが、岡山県の糖尿病患者さんの予後改善のために、おかやまDMネットにご参加の皆さまに、ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

研修会が始まります！

岡山県糖尿病医療連携推進事業では、平成24年度より糖尿病の医療連携体制の構築を推進し、糖尿病診療に関わる医師およびメディカルスタッフの資質向上のため、研修会を行ってまいりました。下記の要領で平成30年度の研修会を開催いたします。糖尿病診療に関わる多くの医療関係者の参加をお待ちしております。



糖尿病総合管理認定・更新研修会（申込受付中）

対象

医師（岡山県の糖尿病医療連携を担う医療機関「総合管理医療機関」の認定および更新要件のひとつに定められています）

開催日程

- 平成30年**6月3日(日)** 10:00～12:15
岡山県医師会館 三木記念ホール（岡山市北区駅元町19-2）
- 平成30年**7月26日(木)** 19:00～21:15
津山保健センター（津山市椿高下114）

内容

「糖尿病の診断と治療について」、「糖尿病の合併症治療等について」ほか
単位
日本医師会生涯教育講座2単位取得可能
(CC:73慢性疾患・複合疾患の管理/76糖尿病/82生活習慣)

おかやま糖尿病サポーター認定研修会（申込受付終了）

対象

下記の資格をもち、岡山県内に在住または岡山県内の医療機関に就労している方
(看護師、准看護師、保健師、助産師、管理栄養士、栄養士、薬剤師、理学療法士、作業療法士、臨床検査技師、診療放射線技師)
本研修会を受講することにより、岡山県認定「おかやま糖尿病サポーター」の資格を取得することができます

開催日程

- 平成30年**6月3日(日)** 13:00～17:00
倉敷中央病院 研修センター（倉敷市美和1-1-1）
- 平成30年**6月17日(日)** 13:00～17:00
落合病院（真庭市落合垂水251）
- 平成30年**7月8日(日)** 13:00～17:00
岡山大学病院 地域医療人育成センターおかやま（岡山市北区鹿田町2-5-1）
- 平成30年**7月29日(日)** 13:00～17:00
津山鶴山ホテル（津山市東新町114-4）

内容

「糖尿病とは？ 診断と治療、合併症について」、「糖尿病の食事療法の基本」、「インスリン自己注射と血糖自己測定、低血糖、シックディ(実技あり)」ほか

おかやま糖尿病サポーター更新研修会（申込受付中）

対象

平成26～29年度までにおかやま糖尿病サポーターの認定を受けたメディカルスタッフ
(おかやま糖尿病サポーターは認定後、3年の更新期間があり、その期間中に規定の更新研修会を受講することが更新要件のひとつに定められています)

開催日程

- 平成30年**10月28日(日)** 13:00～16:00
津山鶴山ホテル（津山市東新町114-4）
- 平成30年**11月25日(日)** 13:00～16:00
高梁国際ホテル（高梁市正宗町2033）
- 平成30年**12月2日(日)** 13:00～16:00
倉敷中央病院（倉敷市美和1-1-1）
- 平成31年**1月27日(日)** 13:00～16:00
おさふねサービスエリア（瀬戸内市長船町長船1133-2）
- 平成31年**2月3日(日)** 13:00～16:00
岡山大学病院 地域医療人育成センターおかやま（岡山市北区鹿田町2-5-1）

内容

「糖尿病のUP TO DATE」、「症例検討(グループワーク)」ほか

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

いぬい医院

院長 ● 福岡英明

開業当初から地域に根差して、継続して、全人的な医療を目指し、地域の患者さんのニーズにあった医療を実施してきました。

昨今、糖尿病患者さんが増加してまいりました。患者さんの長い病歴や家族歴や生活など豊富な情報を利用して、患者さんが抱えている疾病や合併症や生活歴などにきめ細かく対応していくことに心がけております。



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

診療科目: 内科、小児科、皮膚科

● 住所 〒703-8241

岡山市中区高島新屋敷381-4

● TEL 086-275-1507

● FAX 086-275-4830

● 休診日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝祭日



医療法人 塚本内科医院

院長 ● 塚本真言

当院は地域を一つの病院、すなわち診療所を医局、患者さんの家を病室ととらえ、患者さんの価値観を重要視し、病気ではなく病人を診ることを念頭に置き、内科全般を中心に診療しております。医療は生活の一部であり、糖尿病医療に関しては専門医療機関との連携を密にし、生活を中断しないように心がけております。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 8:30~12:00 (受付 8:00~12:00)	○	○	○		○	○	
午後 14:00~17:00 (受付 14:00~17:00)	※1	○	※2		○		

※1: 豊岡クリニック(サテライト診療所)

住所: 加賀郡吉備中央町豊岡下276-1

電話: 0867-35-1130 診療時間: 14:00~16:00

※2: 下土井クリニック(サテライト診療所)

住所: 加賀郡吉備中央町富永1403-1

電話: 0867-35-0806 診療時間: 14:00~16:00

● 住所 〒709-2412 加賀郡吉備中央町円城855

● TEL 0867-34-0037 ● FAX 0867-34-0787

● 休診日 木曜、土曜午後、日曜、祝祭日



専門施設

医療法人仁聖会 小畑醫院

院長 ● 小畑尚宏

当院は津山市北部のロケーション豊かな丘陵地にある、病床数19床、血液透析30床の有床診療所です。糖尿病診療は、生活習慣病チーム(糖尿病専門医、糖尿病療養指導士、おかやま糖尿病サポーター、管理栄養士、フットケア指導士、理学療法士、健康運動指導士)が中心となり、糖尿病教室、食事・運動療法ならびに妊娠糖尿病のコントロールも行い、糖尿病発症予防・合併症の進展予防・血液透析による終末段階のケアまで行っております。また、2015年に県北部初の「糖尿病友の会」を発足させるなど、患者さまやご家族に、より充実した生活を送っていただくための活動に取り組んでおります。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00～11:30	○	○	○	※	○	※	
午後 15:00～18:30	○	○	○		○		

※木曜午前、土曜午前は9:00～12:00

- 住所 〒708-0806 津山市大田452-6
- TEL 0868-27-2111
- FAX 0868-27-3111
- 休診日 日曜、祝祭日、8月13日～15日、12月31日～1月3日
- HP <http://obata-iin.byoinnavi.jp/pc/>



一般財団法人 倉敷成人病センター

糖尿病内科 ● 金田伊史

当院は、がん治療・分娩・糖尿病眼合併症手術などを特徴とする269床の一般急性期病院です。

糖尿病専門医(常勤1名、非常勤3名)、内分泌代謝専門医2名、糖尿病看護認定看護師2名、CDEJ20名、DML(看護師院内糖尿病認定資格)20名の診療体制で外来・入院治療に臨んでいます。

外来療養指導、教育入院、周術期管理、妊娠糖尿病・糖尿病合併妊娠患者さんへのサポートなど、他科・多科との院内連携・チーム医療とともに、地域連携医療の質の向上に取り組んでいます。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00～12:00 (受付 9:00～16:00)	○	○	○	○	○		
午後 14:00～17:00 (受付 9:00～16:00)	○	○	○	○	○		

診療時間は受診の前に必ず病院に確認してください。初診と再診で異なる場合があります。

- 住所 〒710-8522 倉敷市白楽町250
- TEL 086-422-2111
- FAX 086-422-4150
- 休診日 土曜、日曜、祝祭日
- HP <http://www.fkmc.or.jp/>



DM

最近のトピックス

Topics

糖尿病と認知症

～認知症予防の観点から～

岡山大学大学院

医歯薬学総合研究科脳神経内科学 講師

山下 徹



はじめに

日本では急速な高齢化が進んでおり、戦後生まれのいわゆる「団塊の世代(1947(昭和22)年～1949(昭和24)年生まれ)」が75歳以上となる2025年には、高齢化率が約30%になると予測されています¹⁾。このような急速に進む高齢化を背景に、アルツハイマー病をはじめとする認知症患者の急激な増加が社会問題となっています。アルツハイマー病の危険因子としては、加齢、ApoE4を含む遺伝歴、環境要因が知られており、それらが複雑に関連して発症すると考えられています。その中でも、糖尿病、高血圧、高脂血症、肥満などの生活習慣病とそれによって引き起こされる血管病変が、アルツハイマー病などの認知症の発症、増悪に大きく関与することが近年明らかになってきています^{2,3)}。一方、中年期にこれらの糖尿病など生活習慣病を治療することが、認知症予防や増悪を抑制できる可能性を示す知見が最近報告されてきています。本稿では認知症予防の観点からメタボリック症候群、糖尿病と認知症の関係をご紹介したいと思います。

メタボリック症候群と認知症

メタボリック症候群は内臓脂肪の蓄積を背景に、耐糖能異常、高血圧、高脂血症が集積し、脳卒中や心筋梗塞などのいわゆる動脈硬化性疾患を引き起こす症候群です。これまで、メタボリック症候群が血管性認知症やアルツハイマー病発症にも関与していることが報告されています⁴⁾。また岡山大学で行ったアルツハイマー病患者570名を、いわゆるメタボリック症候群の有無で2群比較すると、メタボリック症候群を合併している場合、様々な認知機能スコアだけでなく、うつ状態に関連する情動的機能が低下することが明らかになりました(図1)⁵⁾。また、837

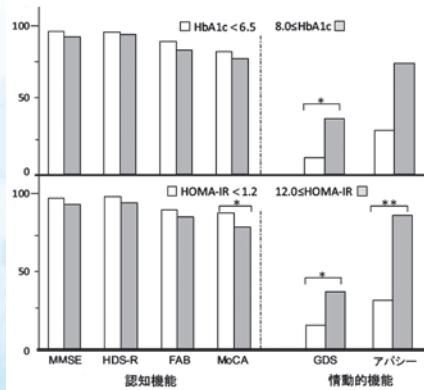


図1 糖尿病患者における認知機能や情動的機能 (文献5から改変引用⁵⁾)
HbA1C ≥ 8の血糖コントロール不良群やHOMA-IR ≥ 12の高インスリン抵抗性群で、GDSスコアやアパシースコアが悪化するなど情動面の変化が認められました

名の軽度認知障害(MCI)患者の5年間にわたる観察研究の結果、その42.1%がアルツハイマー病患者に移行しましたが、移行した患者は移行しなかった患者に比べて明らかに多くの血管リスク因子(糖尿病、高血圧、高脂血症)を持っていたこと

も知られています。⁶⁾

さらに興味深いことに、約300人のアルツハイマー病患者で上述の血管リスク因子をもつ患者のうち、全ての血管リスク因子を厳密に治療管理した群(89名)は、30ヶ月後のMMSEは約21程度でほぼ横ばいでしたが、全く治療管理しなかった群(72名)はMMSEが21→15と明らかに増悪したことも明らかになり⁷⁾、血管リスク因子であるメタボリック症候群の治療を早期におこなうことでアルツハイマー病発症を予防できる可能性が示されてきています。

糖尿病と認知症

多くの観察研究の結果から、糖尿病がアルツハイマー病発症リスクを上昇させることが示されています。最近の久山町研究の結果からは、耐糖能異常の段階で血管性認知症のリスクは上昇し、糖尿病の段階でアルツハイマー病発症リスクが有意に上昇することが報告されています(ハザード比2.1)。また興味深いことに糖負荷後2時間血糖の上昇とともにアルツハイマー病発症リスクが直線的に増加することも報告されています⁸⁾。糖尿病がどのようにアルツハイマー病の病態に関与するかは、高インスリン血症や末梢ならびに脳神経細胞のインスリン抵抗性などの複数の因子が複雑に関与していると考えられています⁹⁾。

一方、治療介入研究としては、2型糖尿病患者に対して厳格な血糖コントロール単独で、認知症発症を予防できることを明らかに示した報告は実は未だありません。ただし、糖尿病と共に高血圧、高脂血症治療を行うことで血管性認知症の認知機能低下を改善したとする報告があり¹⁰⁾、さらに最近、末梢インスリン抵抗性を改善するピオグリタゾンの使用が認知症発症リスクを有意に抑制したことが報告されて¹¹⁾、注目を集めています。

最後に

本稿では中高年におけるメタボリック症候群や糖尿病のコントロールは認知症予防の観点からも大変重要であることを紹介しました。今後、多職種が連携して、市民への啓蒙活動や認知症予防活動を進めていくことが重要だと考えます。

【文献】

- 平成27年度高齢社会白書, 2015.
- Raffaetin C et al.: *Diabetes Care*, **32**: 169-174, 2009.
- Vanhanen M et al.: *Neurology*, **67**: 843-847, 2006.
- Panza F et al.: *J Alzheimers Dis*, **21**: 691-724, 2010.
- Hishikawa N et al.: *Eur J Neurol*, **22**: 313-321, 2014.
- Li J et al.: *Neurology*, **76**: 1485-1491, 2011.
- Deschaintre Y et al.: *Neurology*, **73**: 674-680, 2009.
- Ohara T et al.: *Neurology*, **77**: 1126-1134, 2011.
- Talbot K et al.: *J Clin Invest*, **122**: 1316-1338, 2012.
- McCrimmon RJ et al.: *Lancet*, **379**: 2291-2299, 2012.
- Heneka MT et al.: *Ann Neurol*, **78**: 284-294, 2015.

うま
レピ!

ハレの日に食べたい!

ちらし寿司

材料 / 1人分 [1人分:440kcal]

ご飯……………150g	菜の花……………2本	かんぴょう……………2g
酢……………17g	卵……………40g	出汁……………12g
A 砂糖……………2g	あなご……………20g	C 液状マービー……………4g
塩……………0.7g	干し椎茸……………1.5g	濃口醤油……………1.5g
液状マービー……………10g	椎茸の戻し汁……………6g	人参……………12.5g
寿司えび……………1尾(20g)	B 液状マービー……………5g	蓮根……………12.5g
花人参……………2枚	濃口醤油……………1g	

つくり方

- ① 炊いたご飯に寿司酢(A)を入れ、切るように混ぜる。
- ② 寿司えびを酢水に漬ける。
- ③ 花人参を出汁で茹でる。菜の花を茹で、八方地に漬ける。
- ④ 錦糸卵を作る。あなごを焼く。
- ⑤ 干し椎茸を戻して薄切りにし、Bで炊く。
- ⑥ かんぴょうを戻して切り、Cで炊く。
- ⑦ 人参と蓮根を薄めのいちよう切りにし、茹でて酢水に漬ける。
- ⑧ 椎茸、かんぴょう、人参、蓮根は煮汁を切ってから①と合わせる。
- ⑨ ⑧のご飯を皿に盛り、下ごしらえした②③④を彩りよく盛り付ける。

栄養価(1人分)

エネルギー 440kcal たんぱく質 17g 脂質 7g 炭水化物 82g 塩分 1.2g



【ひとこと】

当院で毎年ひなまつりに提供している糖尿病患者さん用のちらし寿司のご紹介です。季節が感じられる具を飾って見た目を華やかにし、味も常食のちらし寿司と変わらないおいしさで、いつも患者さんに好評です。上の具材を季節で変えて、ハレの日にぜひどうぞ。

監修：
倉敷中央病院
栄養治療部室長
高瀬 綾子



focus

あなたの町の糖尿病サポーター

訪問看護ステーションくろかみ
管理者 小郷 寿美代

訪問看護ステーションくろかみは、「住み慣れた地域社会や家庭において療養ができる」を目的とし、新見市内で療養を必要とする方々に対して看護を提供する事業所です。新見市は県内でも糖尿病の有病率が高く、現在市をあげて特定検診受診の励行や糖尿病の早期発見・早期治療に取り組んでいます。

私たちが訪問している方々の中にも、内服やインスリン施注を必要とする糖尿病の利用者さんが多くみられます。多くの利用者さんは、食事療法に気をつけて内服を確実にいき、血糖コントロールに努めています。中には食事をとらずに内服やインスリン施注をして低血糖を起こしたり、いわゆるシックデイで体調を崩す方もいます。このような時、おかやまDMネットで知り得た知識を活用し、状態を判断して



アドバイスをしたり、医療機関の受診を勧めたりしています。また一人暮らしや高齢の利用者さんの中には三回の食事がとれていないことが多く、その生活を支えるためにはホームヘルパー等との連携が不可欠です。私たちは、多職種が集う糖尿病の勉強会に積極的に参加したり、他職種と連携を図りながら糖尿病のコントロールが難しい利用者さんの支援に力を尽くしています。

今後もこの新見地域において、当事業所7名のおかやま糖尿病サポーターを中心に多職種と連携を図りながら、利用者さんに対して病気に対する意識付けを行い、早期発見・早期治療の継続ができる環境作りに努めていきたいと思っています。そして地域全体に「安心・安全な訪問看護」を引き続き届けていきます。

糖尿病かかりつけ医（総合管理医療機関）ハンドブック 第三版を発行しました！

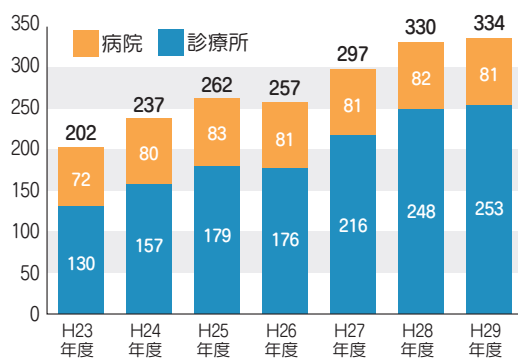
おかやまDMネットの参加施設「総合管理医療機関（かかりつけ医）」を掲載した「糖尿病かかりつけ医（総合管理医療機関）ハンドブック第三版」を発行しました。糖尿病の状態が安定した患者さんがその治療の主体を専門治療医療機関から総合管理医療機関（かかりつけ医）に移行する際の紹介先のガイドブックとして、また健診で糖尿病と言われた方がかかりつけ医を見つける際のツールとして、医療連携推進と健診受診支援、受療支援の一助となれば幸いです。

ハンドブックの誌面はおかやまDMネットウェブサイト上でご覧いただけます。

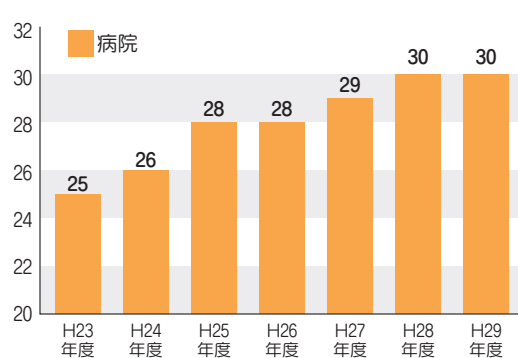


おかやまDMネット登録状況（平成30年3月31日）

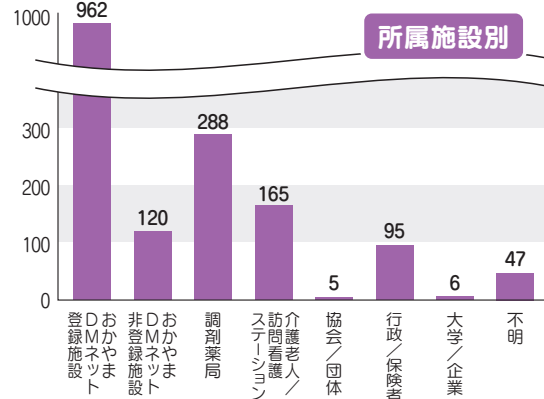
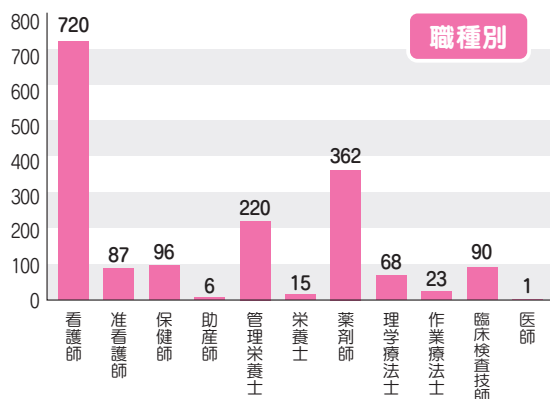
総合管理医療機関



専門治療医療機関



おかやま糖尿病サポーター（認定総数1688名）



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。
※公開許可を頂いた相談事例については、匿名化の上、公開しております。

編集後記

今年度も総合管理医療機関やおかやま糖尿病サポーターの認定・更新研修会の受付を開始しましたが、おかげさまで初日から大変多くの皆様にお申し込みいただきました。大変有難うございました。ご参加いただく皆様にご満足いただけるような研修会にするため、しっかりと準備を進めていきたいと思います。（利根）