

糖尿病療養指導カードシステム

使い方マニュアル



糖尿病療養指導に関わる、医療従事者のみなさまへ

運動や食生活の改善、正しい服薬、合併症への配慮…。

糖尿病治療は、患者さんの生活や人生そのものに寄り添いながら

患者さんやご家族への丁寧かつ正しい指導が不可欠です。

また、治療に対する患者さんの不安を取り除き、前向きな気持ちを

長期間にわたり継続させることも、糖尿病療養指導の大切な役割です。

日本糖尿病協会では、

全国のさまざまな治療現場の療養指導に関わる誰もが

正しく効率の良い、継続的な指導ができるよう、

この糖尿病療養指導カードシステムを開発致しました。

ぜひともご活用くださいますよう、お願い申し上げます。



公益社団法人 日本糖尿病協会

Japan Association for Diabetes Education and Care (JADEC)

お問合わせ先：日本糖尿病協会

〒102-0083 東京都千代田区麹町2-2-4 麹町セントラルビル8F
TEL: 03-3514-1721 FAX: 03-3514-1725 e-mail: office@nittokyo.or.jp

糖尿病療養指導カードシステムの構成

◎使い方説明冊子



◎指導カード (79種)

エネルギー源としての糖	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ブドウ糖利用の必要性	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
適正血糖と血糖変動	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
食後高血糖から持続高血糖へ	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

◎説明用指導箇(71種)



指導箇は日本糖尿病協会特設サイトからプリントアウトしてください
<http://www.nittokyo.or.jp/dmcard/>

※Web 指導箇の閲覧に必要なIDとパスワードは講習会受講者にお知らせします。

目次

ごあいさつ	2
糖尿病療養指導カードシステムの構成	3
糖尿病療養指導カードシステムの流れ	4~5
糖尿病療養指導カード一覧	6~8
カードの組み合わせ例	9~11

糖尿病療養指導カードシステムの流れ

1 患者さんの特徴を知る

まずは、患者さんの症状や生活習慣、心配ごとなどを丁寧にヒアリングし、その患者さんに適した治療や指導に必要な情報を収集してください。

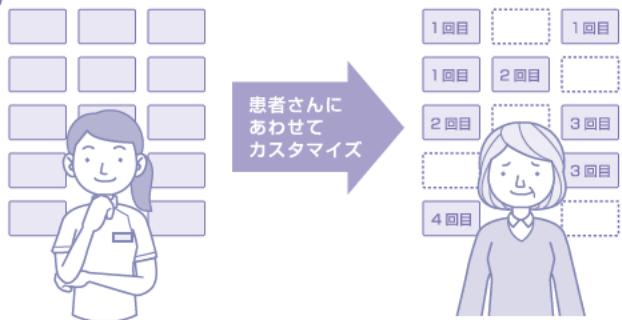


2 療養指導プランのタイプを選ぶ

患者さんの状況に合わせ、使用するカードの組み合わせを選びます。組み合わせ例もご用意しましたのでご活用ください。(9、10、11ページ)



組み合わせ例にはスタッフの判断でカードを増減してください。さらに高度な指導内容については、「糖尿病療養指導ガイドブック」をご参照ください。



3 指導箋を使って指導する

選んだカードと同じ項目の指導箋を使いながら、療養指導を行います。

指導箋は日本糖尿病協会の特設サイト <http://www.nittokyo.or.jp/dmcard/> からプリントアウトできます。指導後、指導箋は患者さんにお渡ししてください。



今回は
「血糖について」ね…

今日のカードを準備



カードと同じ指導箋を
プリントアウトする

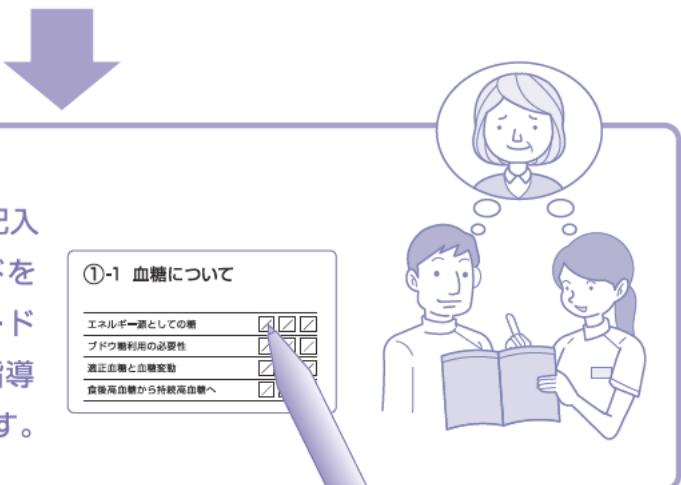


指導後、患者さんに
指導箋をお渡しする

うれしい
安心かも

4 次回の指導準備・情報の共有

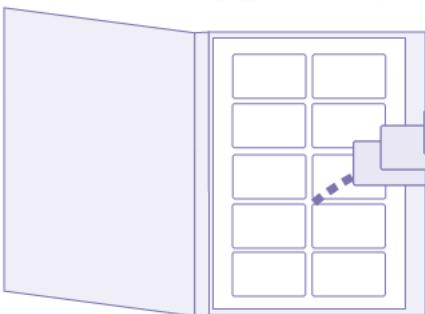
カード裏面の指導済み項目に日付を記入し、指導済み・次回指導予定のカードを分類します。また、患者さん別にカードの管理をすれば、患者さんの特徴や指導の経緯を他スタッフとも共有できます。



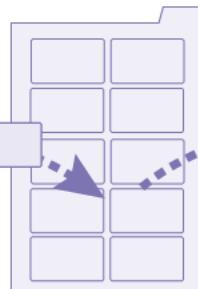
おすすめ：バインダーの活用

市販の名刺フォルダ等を活用して、カードを「次回指導予定」「指導済み」等、時系列にわかりやすく分類すれば、より簡便で計画的な療養指導を行うことができます。

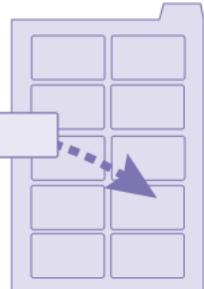
◎全てのカード



◎次回指導予定カード



◎指導済みカード



糖尿病療養指導カード一覧

	①-1 A 血糖について		④-1 B 網膜症
	①-2 A 糖尿病とは		④-2 B 腎症
	①-3 C 糖尿病の診断		④-3 B ^補 神経障害
	①-4 B ^補 1型糖尿病		④-4 B 脳梗塞
	①-5 B ^補 2型糖尿病		④-5 B 虚血性心疾患
	①-6 B 妊娠糖尿病		④-6 B 末梢動脈疾患 (PAD)
	①-7 C エネルギー源としての糖		④-7 B 歯周病
	①-8 C ^補 インスリン		④-8 B 肝障害
	②-1 A 高血糖と脱水		⑤-1 A 血糖
	②-2 B 糖尿病昏睡		⑤-2 A 血糖管理の指標
	②-3 B 低血糖		⑤-3 A 尿検査
	②-4 B 低血糖昏睡		⑤-4 C 病態の把握
	③-1 A 糖尿病と合併症		⑤-5 B 血糖変動の把握
	③-2 A 細小血管障害		⑤-6 B 病型の把握
	③-3 A 大血管障害(動脈硬化)ほか		

療養指導カード
の分類について
(対象者と難易度)

A : 原則として「すべての患者」に適応するカード(難易度 低)
B : 「対象となる患者」を各施設の判断に委ねるカード(難易度 中)
C : 「理解力」や「興味」の程度に応じて選択するカード(難易度 高)

- | | | | |
|--|--------------------------------------|---|-----------------------------------|
|  | ⑥-1 A 日常生活の情報収集と問題点 |  | ⑧-1 A 薬物療法のオーバービュー |
|  | ⑥-2 A 生活習慣への介入
カードのみ 指導箇なし |  | ⑧-2 C 薬物療法の基本的な考え方 |
|  | ⑥-3 A シックデイ |  | ⑧-3 C 薬物療法の注意点 |
|  | ⑥-4 A 体重管理の重要性 |  | ⑧-4 B インスリン療法の必要性
カードのみ 指導箇なし |
|  | ⑥-5 A 定期受診の重要性 |  | ⑧-5 B 注射薬の手技指導
カードのみ 指導箇なし |
|  | ⑥-6 C シックデイ（インスリン） |  | ⑧-6 B 注射薬の取り扱い指導 |
|  | ⑥-7 C ご家族の方へ |  | ⑧-7 B 薬剤性低血糖の確認
カードのみ 指導箇なし |
|  | ⑥-8 B 禁煙 |  | ⑧-8 B 注射薬使用の受け入れ確認
カードのみ 指導箇なし |
|  | ⑥-9 B アルコール |  | ⑨-1 B 内服薬 |
|  | ⑦-1 A 自己の合併症について
カードのみ 指導箇なし |  | ⑨-2 B 注射薬 |
|  | ⑦-2 A 治療法のオーバービュー |  | ⑨-3 B インスリンの種類 |
|  | ⑦-3 A セルフモニタリング | | |
|  | ⑦-4 C 改善プランの進捗
カードのみ 指導箇なし | | |
|  | ⑦-5 C 生活パターン確認（インスリン）
カードのみ 指導箇なし | | |
|  | ⑦-6 B SMBGの活用（インスリン） | | |

療養指導カード
の分類について
(対象者と難易度)

A : 原則として「すべての患者」に適応するカード(難易度 低)
B : 「対象となる患者」を各施設の判断に委ねるカード(難易度 中)
C : 「理解力」や「興味」の程度に応じて選択するカード(難易度 高)

糖尿病療養指導カード一覧

- | | | | |
|---|--------------------|---|----------------------|
|  | ⑩-1 A フットケアの必要性 |  | ⑫-1 A 健康的な食事（概論） |
|  | ⑩-2 A 自分で行うフットケア |  | ⑫-2 B 1型糖尿病の食事療法 |
|  | ⑩-3 A 指導者による足の観察 |  | ⑫-3 B 2型糖尿病の食事療法 |
|  | ⑩-4 C 生活の中で行うフットケア |  | ⑫-4 B 腎症合併時の食事療法 |
|  | ⑩-5 B 受傷後のフットケア |  | ⑫-5 B カーボカウント |
|  | ⑪-1 A 運動療法のオーバービュー |  | ⑫-6 B 減量が必要な患者さんへ |
|  | ⑪-2 C 運動の種類 |  | ⑫-7 A 間食はどうしたらいい？ |
|  | ⑪-3 C 運動療法の継続 |  | ⑫-8 B アルコールと楽しく付き合う |
|  | ⑪-4 B 運動時の注意点 |  | ⑫-9 A 外食のときはどうする？ |
| | |  | ⑫-10 A ご家族のサポートが必要です |
| | |  | ⑫-11 B 食品交換表を使う |
| | |  | ⑫-12 B 食べる順番 |
| | |  | ⑬-1 B 透析予防概論 |
| | |  | ⑬-2 B 透析予防と生活 |
| | |  | ⑬-3 B 透析予防と食事 |

療養指導カード の分類について (対象者と難易度)	<p>A : 原則として「すべての患者」に適応するカード（難易度 低）</p> <p>B : 「対象となる患者」を各施設の判断に委ねるカード（難易度 中）</p> <p>C : 「理解力」や「興味」の程度に応じて選択するカード（難易度 高）</p>
---------------------------------	--

カードの組み合わせ例 ①

【糖尿病基本】

最も基本的な組み合わせで、初めて糖尿病と診断された患者さんや、指導を初めて受ける患者さんに用いてください。(合併症の進行がない、薬物療法をしていない患者さん用)

	STEP1	STEP2	STEP3	STEP4	STEP5
概念	①-1 A 血糖について ①-2 A 糖尿病とは ⑤-1 A 血糖	⑤-2 A 血糖管理の指標 ⑤-3 A 尿検査	③-1 A 糖尿病と合併症 ③-2 A 細小血管障害	⑩-1 A フットケアの必要性 ⑩-2 A 自分で行うフットケア ⑩-3 A 指導者による足の観察	
治療	⑫-1 A 健康的な食事(概論)		⑫-7 A 間食はどうしたらいい?		⑫-8 A 外食のときはどうする?
		⑪-1 A 運動療法のオーバービュー		⑪-2 C 運動の種類	⑪-3 C 運動療法の継続
		⑧-1 A 薬物療法のオーバービュー			
指導		⑥-2 A 生活習慣への介入	⑥-4 A 体重管理の重要性	⑥-5 A 定期受診の重要性	
	⑥-1 A 日常生活の情報収集と問題点		⑦-1 A 自己の合併症について	⑦-2 A 治療法のオーバービュー	⑦-4 C 改善プランの進捗
状況に応じて追加					

これらをもとに、基本的な知識や自己病状の把握、生活習慣改善の具体的な方法を指導してください。

概念・治療については各患者や施設毎に項目も変わりますが、生活習慣改善への指導は必ず行ってください。

各STEPで複数回の指導を行ったり、別々のスタッフが指導を行う場合もあります。

カードの組み合わせ例 ②

【2型糖尿病（内服薬、インスリン非分泌）】

非分泌系の薬物療法をしている患者さん用で、
基本例に患者さんが使用している薬物についての指導を加えたものです。

	STEP1	STEP2	STEP3	STEP4	STEP5	STEP6
概念	①-1 A 血糖について ①-2 A 糖尿病とは ⑤-1 A 血糖 ①-5 回 2型糖尿病	⑤-2 A 血糖管理の指標 ⑤-3 A 尿検査 ②-1 A 高血糖と脱水	③-1 A 糖尿病と合併症 ③-2 A 細小血管障害	⑩-1 A フットケアの必要性 ⑩-2 A 自分で行うフットケア ⑩-3 A 指導者による足の観察		
治療		⑫-1 A 健康的な食事（概論） ⑫-3 回 2型糖尿病の食事療法	⑫-10 A ご家族のサポートが必要です	⑫-7 A 間食はどうしたらいい? ⑫-9 A 外食のときはどうする? ⑫-8 回 アルコールと楽しく付き合う		⑫-11 回 食品交換表を使う
		⑪-1 A 運動療法のオーバービュー		⑪-2 回 運動の種類	⑪-3 回 運動療法の継続	⑪-4 回 運動時の注意点
指導		⑧-1 A 薬物療法のオーバービュー	⑨-1 回 内服薬	⑥-2 A 生活習慣への介入	⑥-4 A 体重管理の重要性 ⑥-5 A 定期受診の重要性	⑥-8 回 禁煙 ⑥-9 回 アルコール
状況に応じて追加	⑥-1 A 日常生活の情報収集と問題点		⑦-1 A 自己の合併症について	⑦-2 A 治療法のオーバービュー	⑦-4 回 改善プランの進捗 ⑥-3 A シックデイ	

これらをもとに、基本的な知識や自己病状の把握、生活習慣改善の具体的な方法を指導してください。

概念・治療については各患者や施設毎に項目も変わりますが、生活習慣改善への指導は必ず行ってください。

各STEPで複数回の指導を行ったり、別々のスタッフが指導を行う場合もあります。

カードの組み合わせ例 ③ 【インスリン導入】

インスリン導入にあたり、糖尿病の基本的な知識や日常の生活習慣の振り返りを最優先とし、インスリン導入回避の可能性を探り、インスリン療法受容を確認して注射手技を指導します。

	STEP1	STEP2		STEP3	STEP4
概念・治療	②-1 図 高血糖と脱水 ②-2 図 糖尿病昏睡 ③-1 図 糖尿病と合併症 ⑤-5 図 血糖変動の把握	①-8 図 インスリン ⑧-4 図 インスリン療法の必要性 ⑧-8 図 注射薬使用の受け入れ確認 ⑨-2 図 注射薬	<small>注射薬の受け入れができない場合はSTEP1, STEP2を繰り返す</small>	⑧-5 図 注射薬の手技指導 ⑧-6 図 注射薬の取り扱い指導 ⑨-3 図 インスリンの種類 ②-3 図 低血糖	②-4 図 低血糖昏睡 ⑧-7 図 薬剤性低血糖の確認
指導	⑥-1 図 日常生活の情報収集と問題点 ⑥-2 図 生活習慣への介入 ⑦-1 図 自己の合併症について ⑦-2 図 治療法のオーバービュー	⑦-4 図 改善プランの進捗		⑦-6 図 SMBGの活用(インスリン)	⑥-6 図 シックデイ(インスリン) ⑦-5 図 生活パターン確認(インスリン)
状況に応じて追加					

これらをもとに、基本的な知識や自己病状の把握、生活習慣改善の具体的な方法を指導してください。

概念・治療については各患者や施設毎に項目も変わりますが、生活習慣改善への指導は必ず行ってください。

各STEPで複数回の指導を行ったり、別々のスタッフが指導を行う場合もあります。



協賛

