

「かかりつけ医における糖尿病治療計画チェックシート」の活用について

平成 29 年 3 月 栃木県・栃木県医師会

糖尿病治療ガイド等に基づいた診療や、他医療機関との連携による適切な診療を行うに当たって、日々の糖尿病診療において役立てていただけるよう、「糖尿病治療連携マニュアル」を作成しました。

このうち、「かかりつけ医における糖尿病治療計画チェックシート」は、診療内容の確認や情報の整理ができるよう、糖尿病治療ガイド等から重要な項目をまとめましたので、是非とも診療時に活用してください。

【 チェックシートについて 】

- 患者ごとに作成し、カルテ等に保存します。
- チェックシートは一度に全ての項目を記入する必要はありません。**患者の診察時に確認した項目や説明した項目等について、チェックしてください。
- 必要に応じて、コメディカル（看護師、薬剤師、管理栄養士等）の方にも、記入していただいでください。

【 チェックシートを活用した診療のポイント 】

○ 糖尿病治療の目標

血糖、体重、血圧、血清脂質の良好なコントロール状態の維持

糖尿病細小血管障害合併症および動脈硬化性疾患の発生、進展の抑制

健康な人と変わらない日常生活の質（QOL）の維持、健康な人と変わらない寿命の確保

※出典「糖尿病治療ガイド 2016-2017」

1 基本情報

患者ごとに「**治療目標**」を設定します。設定に当たっては、「身体状況」や「定期的な検査」の項目を参考にし、また、評価の際にも、確認が必要です。

項目	ポイント
身体所見	・体重測定は、毎受診時に必ず行う。
定期的な検査	・ 尿中アルブミンは、定期的（最低でも年に1回）に確認 する。
治療目標	・治療目標は原則 7.0%未満であるが、年齢、罹患期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して、個別に設定する。なお、65 歳以上の高齢者の場合には、認知機能や基本的 ADL、手段的 ADL、併存疾患なども考慮するとともに、加齢に伴って、重症低血糖の危険性が高くなることに十分注意する。 ・患者の状態により、血圧や肥満、脂質についても目標設定を行う。

2 生活指導及び薬物療法等の説明

項目	ポイント
食事療法・生活習慣	<ul style="list-style-type: none"> エネルギー摂取量、炭水化物比率、たんぱく質摂取量の指示は医師が記入する。 肥満（BMI25以上）の患者は、当面は現体重の5%減を目指す。達成後は、20歳時の体重や個人の体重変化の経過、身体活動量などを参考にして、目標体重を決める。25kcal/kg 標準体重から出発し、減量速度は1か月2kg以内とする。 炭水化物は指示エネルギー量の50～60%とする（ただし、50%、55%の場合は、相対的なたんぱく質や脂質の摂取過多につながるので注意）。 たんぱく質は腎症病期に応じて標準体重1kgあたり0.6～1.2g/日とする（指示エネルギー量の20%を超えない）。
運動療法	<ul style="list-style-type: none"> 食事療法と併せて、運動療法の必要性も説明する。

3 重症化・合併症予防のための他医療機関との連携

「糖尿病連携手帳」を持っていない糖尿病患者には、是非とも手帳の必要性を説明し、配付してください。また、他医療機関受診時等にも携帯するよう、説明してください。

※糖尿病連携手帳は協賛企業（製薬会社）が無償配布していますので、各医療機関で入手したうえで、患者に配付してください。

項目	ポイント
他医療機関との連携	<ul style="list-style-type: none"> HbA1c8.0%が2回以上または継続的に持続するなど、チェックシートに掲載されている8項目のうち1項目でも該当する場合には、糖尿病専門医療機関への紹介を考慮する。 合併症の早期発見・早期治療のため、<u>眼科への受診勧奨は初診時（治療開始時）に必ず実施</u>する。<u>尿中アルブミンの検査、神経障害・足病変や歯周病の診察・聴取もなるべく初診時に実施</u>する。その後は、定期的な受診勧奨を行う。 定期的な観察や検査の結果、異変が見られた場合には、それぞれの合併症治療医療機関に紹介する。

※「糖尿病治療連携マニュアル」には、「**糖尿病の合併症・重症化予防のための連携図**」もあります。この連携図は、糖尿病連携手帳を活用したかかりつけ医療機関と専門医療機関の連携、合併症の症状などを患者に説明するために作成したものですので、こちらも積極的に活用してください。

チェックシートの送付希望や御不明な点がございましたら、下記まで御連絡ください。

なお、マニュアル等は栃木県ホームページからダウンロード可能です。

※PDF形式（ただし、チェックシートのみ Word 形式有り）

栃木県 糖尿病マニュアル で検索

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e04/tounyoubyoumanyuaru.html>

栃木県保健福祉部健康増進課 がん・生活習慣病担当 TEL 028-623-3095