

原 著

当院における糖尿病栄養外来指導の現況 ～アンケート調査を実施して～

刈羽郡総合病院、栄養科；管理栄養士

伊藤香代子、馬場 優子、田嶋 麻里、笛木 知子

目的：糖尿病栄養外来を精築するために、以下の項目について検討した。

1. 糖尿病患者の病歴と HbA1c 等の現状を把握する。
2. 糖尿病栄養外来に対する患者の考えを確認する。

方法：2009年7月6日～8月28日の8週間において、栄養外来の待ち時間を利用して患者にアンケート用紙を配り、記入をしてもらう。また、栄養外来指導時に管理栄養士による聞き取りを行う。

結果：栄養外来は、医師の診察の待ち時間を利用して、患者の自発的な質問に対して1人15分を目安に行っており1ヶ月約180～200件程度である。8週間の調査期間中に198名より回答が得られた。回答者の年齢については20代から80代までの幅広い年齢層となった。60代以上の方が多く、最高齢は86歳であった。

回答者の年齢については20代から80代までの幅広い年齢層となった。

血糖コントロールでは平均 HbA1c 8%台が最も多く、最高5.4%、最高13.8%だった。

糖尿病歴では、0.5年から43年間と幅広い分布であった。

自分自身の指示エネルギー量や主食量を知らない、あるいは忘れてたと回答した人が約5割と多かった。

栄養指導は9割が受けていると回答していたが、指示エネルギーや主食量は覚えている人が少ない結果となった。

また、服薬名を覚えていない、又は忘れてたとの回答が多かった。

結論：1. 血糖コントロール指標としての HbA1c 高値で血糖コントロールが不良であった。その原因として栄養指導対象者が60歳以上の高齢者であることや、栄養指導を9割の患者が受けているが、指示エネルギー、主食量、服薬を理解していないことが判った。この反省点を今後の糖尿病栄養外来の改善に応用して行きたい。

2. 栄養外来では管理栄養士も担当曜日が決まっているため、担当曜日以外の患者を知る良い機会となった。

キーワード：糖尿病栄養外来、アンケート調査、療養指導の充実

緒 言

刈羽郡総合病院では外来受診の糖尿病患者に対して、繰り返しの相談により問題となる食習慣及び食行動の改善を目的として、1999年10月より週1回で栄養外来を開始した。2003年4月より週5回（金曜日は午後のみ）で行っている。

今回は糖尿病栄養外来指導をさらに有意義なものとするために、現在行っている療養指導に対する患者の思いを聞き、どう支援をしていけば良いのかを考えていきたい。

また、現在の患者の病歴や HbA1c を含め背景をきちんと把握するためにアンケート調査を実施した。

対 象 と 方 法

2009年7月6日～8月28日までの8週間に当院の糖尿病栄養外来を受けている患者について栄養外来の待ち時間を利用してアンケート用紙を配り記入してもらう。また、栄養外来指導時に管理栄養士による聞き取りを行う。

結果および考察

8週間の調査期間で198名から回答を得た。

1. 年齢：60代が最も多く全体の30%で50代70代と合わせると約7割となった。（図表1）
2. 性別：（図表2）参照
3. HbA1c：8.0～8.9%台が最も多く（34%）、次が多いのが7.0～7.9%台で（25%）であった。7.0～8.9%が全体の60%であった。（図表3）
4. 糖尿病歴：糖尿病歴は5年区切りとした。（図表4）
5. 薬について：内服薬有りとインスリン療法を合わせると全体の約9割だった。（図表5）また、名前についての問いでは約5割が知らないと回答した。（図表6）
6. 入院歴：約6割が入院歴有りと回答した。（図表7）30年以上前という回答が3名いたが、最も古い入院は43年前糖尿病発症時との回答であった。
7. 栄養指導：約9割が栄養指導経験有りと回答。（図表8）刈羽郡総合病院以外では市町村の健康教室が挙げられた。

8. 指示エネルギー量：自分の指示エネルギーについては約5割が判らないと回答した。(図表9)
9. 主食量：主食量も約5割が判らないと回答した。(図表10)
10. 意見、感想：
 - ① 良い点として：
 - ・とても参考になるので受診の度に聞きたい
 - ・的確なアドバイスがもらえてうれしい
 - ・次回までの参考になる
 - ・具体的な話が聞けてとてもためになる
 - ・注意されるとまた頑張ろうという気持ちになる
 - ② 負担に感じている点として：
 - ・聞いてもすぐ忘れてしまう
 - ・毎回は嫌になる
 - ・話が難しい
 - ・受けても受けなくてもあんまり変わらない等の意見が挙げられた。

考 察

今回は①現在の患者の現状を把握する②患者の考えを聞くという2点を目的にアンケートを行った。

糖尿病栄養外来では管理栄養士も担当曜日が決まっているので、担当曜日以外の患者を知る良い機会となった。

糖尿病は、食事、運動による血糖コントロールが治療の基本となるが、糖尿病は痛い、痒い、苦しいといった自覚症状に乏しいため病気に対して危機感を抱くことが少ない。そのため、間違った生活習慣を変えたり、自己管理を長期に維持するのは容易なことではなく自己管理を継続するためには、糖尿病を理解し、コントロールすることの大切さを認識してもらわなければならない。

より充実した糖尿病教育をするためには1人1人に合わせた教育が必要となる。

当院は2名の糖尿病専門医を中心に入院、外来ともにチーム医療に取り組んでいる。病棟カンファレンスや外来ミーティングを通してより良い療養指導ができるように各職種で情報交換を行っている。

当院の日本糖尿病療養指導士は看護師4名、管理栄養士3名の合計7名。今後は、チーム医療のさらなる充実に繋がるよう知識活用や指導改善を図っていきたいと思う。

英 文 抄 録

Original Article

Questionnaire survey to outpatients of diabetes mellitus in our nourishment guidance room

Kariwagun General Hospital, Department of nourishment ; National registered dietitian

Kayoko Ito, Yuhko Baba, Marie Tashima, Tomoko Fueki

Purpose : Followings were studied to reassemble our nourishment guidance for outpatients of diabetes mellitus : 1. Present conditions of illness and HbA1c values, 2. Understanding levels against the illness

Method : Questionnaire survey was done among 198 outpatients for 8 weeks from July 6 to August 28 in 2009.

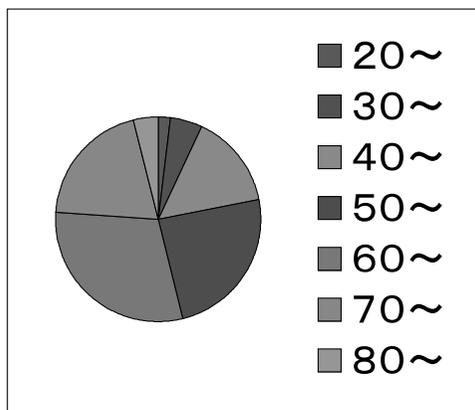
Results : Patients were widely distributed from 20s to 80s with an average of 60s. HbA1c rose an average of 8%. The diabetes duration was from half year to 43 years. About 50% of patients did not understand or forgot their indicated quantities of energy and staple food. In addition, there were many patients who forgot their medicine names.

Conclusion : 1. Blood sugar control was poor because of high HbA1c levels, which was based on poor understanding levels of our nourishment guidance because of their high aging rate. More careful guidance was desirable. 2. This study presented a good opportunity to know patients except the charge days.

Key Words : nourishment guidance for outpatients of diabetes mellitus, questionnaire survey, excellent guidance

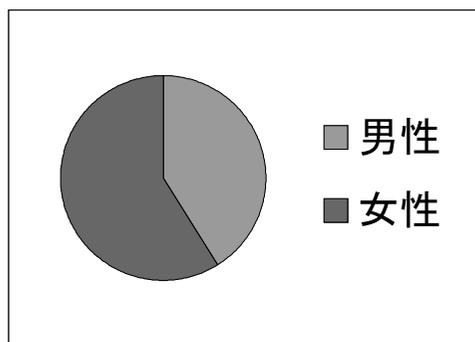
図表 1. 年齢

20～	30～	40～	50～	60～	70～	80～
2	5	15	24	30	20	4



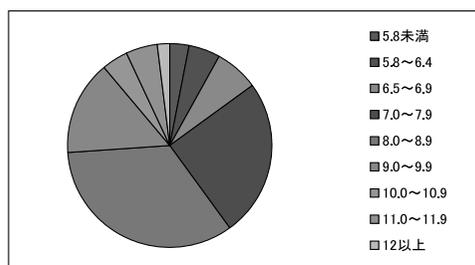
図表 2. 性別

男性	女性
41	59



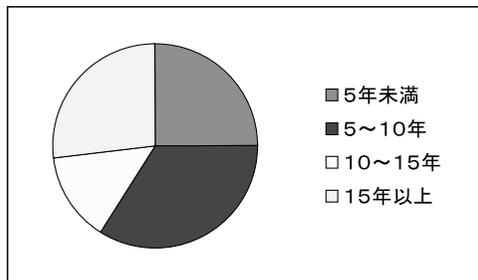
図表 3. HbA1c

5.8未満	5.8～6.4	6.5～6.9	7.0～7.9	8.0～8.9	9.0～9.9	10.0～10.9	11.0～11.9	12以上
3	5	7	25	34	15	4	5	2



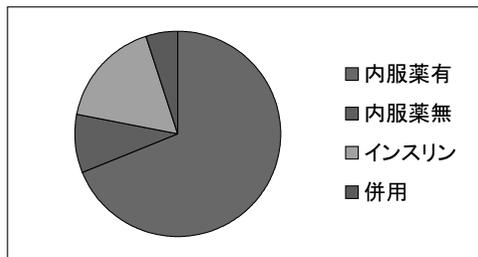
図表4. 糖尿病歴

5年未満	5~10年	10~15年	15年以上
25	34	14	27



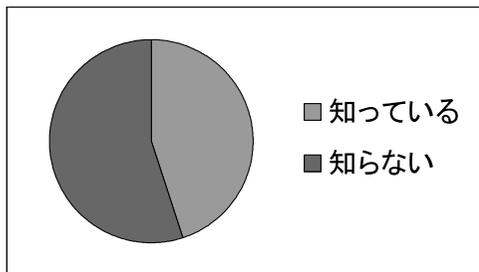
図表5. 薬

内服薬有	内服薬無	インスリン	併用
69	9	17	5



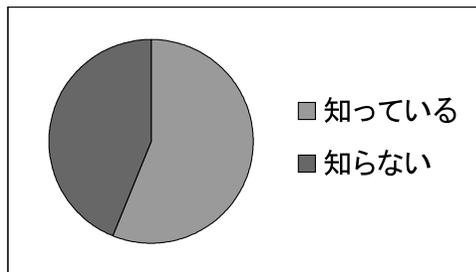
図表6①. 薬の名前

知っている	知らない
45	55



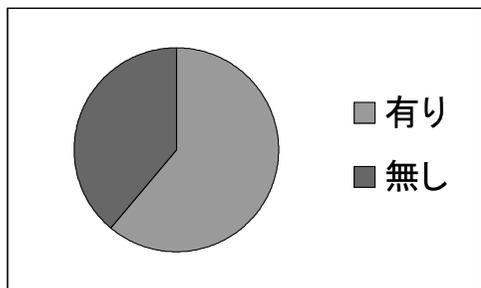
図表6②. インスリンの名前

知っている	知らない
56	44



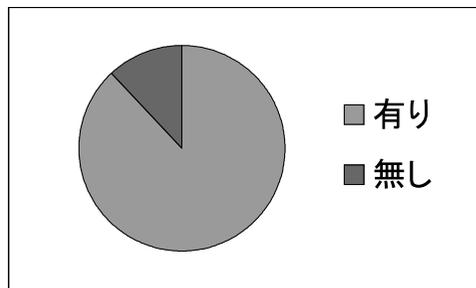
図表7. 入院歴

有り	無し
61	39



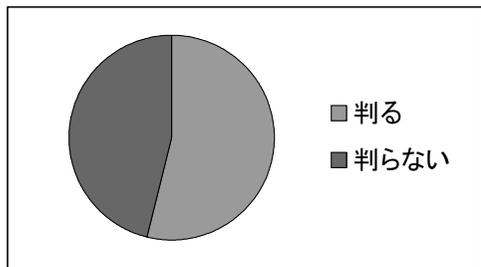
図表8. 指導歴

有り	無し
88	12



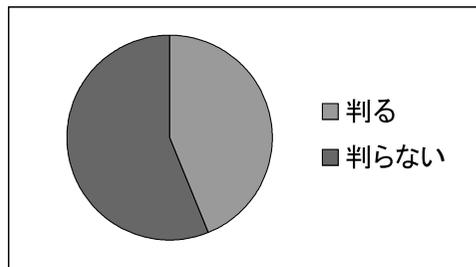
図表9. 指示エネルギー

判る	判らない
54	46



図表10. 主食量

判る	判らない
44	56



2009/12/02 受付 (2009-29)