

取材日：2019年1月8日



糖尿病



岡山県南東部医療圏

## 糖尿病チームが患者の行動変容を支え、さらに“地域チーム医療”にも貢献。

### Point of View

- ① 糖尿病センターの専門医と多職種で30名ほどの糖尿病チームを結成
- ② 各職種が患者の行動変容を支えるべくさまざまな工夫を実行
- ③ 『おかやまDMネット』の糖尿病教育資材共有システムに、関連する資材やツールを提供するなど“地域チーム医療”にも貢献

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院内科／糖尿病センター  
診療部長／糖尿病センター長／岡山済生会県庁内診療所長／訪問看護担当医長

中塔 辰明先生

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院内科／糖尿病センター  
主任医長／糖尿病センター副センター長

利根 淳仁先生

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院中央検査科  
臨床検査技師

松本 美智代氏

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院栄養科  
管理栄養士

坪井 里美氏

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院薬剤科  
薬剤師

角南 陽子先生

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院リハビリテーション科  
理学療法士

寺野 寛己氏

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院  
看護師

高橋 由紀恵氏

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院  
看護師

佐藤 真理子氏

### 1963年に糖尿病教室を開始 いち早く教育に取り組む

岡山済生会総合病院は、1963年に糖尿病教室をスタートさせるなど、いち早く糖尿病療養指導に取り組ん

できた。現在、同院の糖尿病治療のいちばんの特色は、糖尿病センターの多職種で構成される糖尿病チーム（以下、チーム）が一丸となって、「患者の行動変容」をキーワードに患者を支えている点だ。

チームは、専門医をはじめ、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士、医療ソーシャルワーカー、臨床心理士、保健師、事務職員の多職種30名ほどで構成されている。チームで患者の行動変容を



左から中塔先生、利根先生、松本氏、坪井氏、角南先生、寺野氏、高橋氏、佐藤氏

支える重要性を説くのは、糖尿病センター長の中塔先生。

「糖尿病は食事や運動といった生活習慣と深くかかわる病気で、患者さん自身が生活習慣を変える努力をしなければ、良質な血糖コントロールは望めません。しかし、そう簡単に生活習慣は変えられない。そこで、患者教育などを行うのですが、患者さんの行動変容につなげるには、複数の人からの多面的な支援がとても効果的なのです。

ひとつの面のみを見て、『あまり改善されていませんね』と言われたなら、患者さんが生活習慣を変えようとするモチベーションは、一気に下がってしまうでしょう。しかし、多職種のメンバーたちが患者さんの心理面に配慮しながら、『血压が安定していますよ』、『目標数値に届いていませんが、少しがんばれば結果が出ると思います』などと声をかけたならば、自分のために多くの人たちが懸命になってくれていると感じて、行動変容の強い動機づけになります。これが、チームで患者さんの行動変容を支える大きな理由です」(中塔先生)

### 各職種のメンバーが 行動変容をキーワードに活動

患者の行動変容を支えるために、チームの各職種は、具体的にはどのように患者と接しているのか。

【資料1】

### 教育入院修了証書の例



出典：佐藤氏提供資料

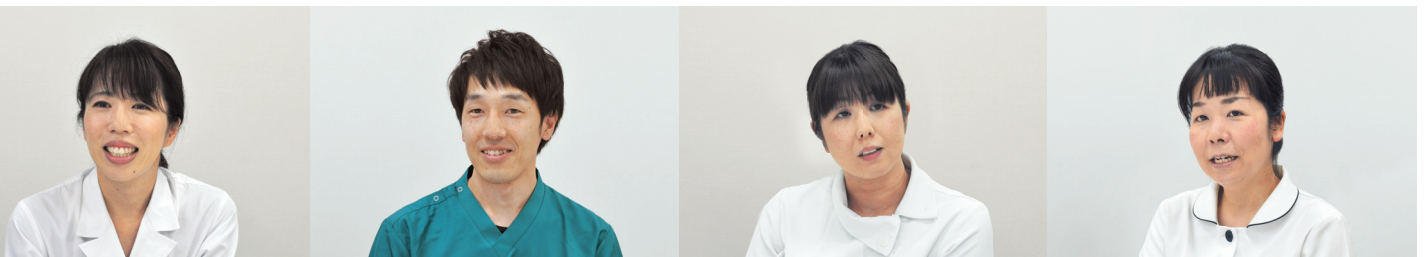
看護外来を担当する佐藤氏が、看護師のアプローチについて語る。「今まで、どのように糖尿病と向き合い、何を大事にして生活を営んでこられたのかを丁寧に聴きます。まず看護師が患者さんの思いを聴いて共感しつつ全人的な理解に努め、より専門的で具体的な食事や運動の支援はそれぞれの専門職種につなぎ、患者さんにチームでかかわる素地をつくります」(佐藤氏)

看護師の高橋氏が続けて話す。「患者さんが2週間の教育入院を終えて退院するときに、一人ひとりの患者さんに合わせたコメントを記入した修了証書(【資料1】)を渡して

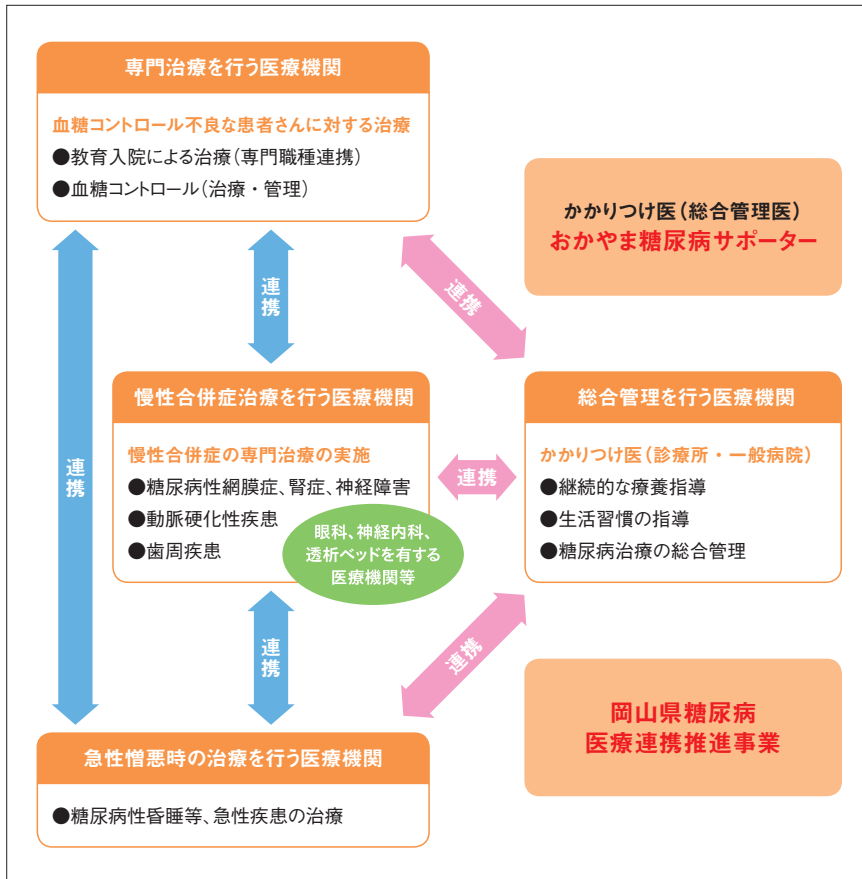
います。『お疲れさまでした』といったねぎらいの言葉、退院後に気をつけていただきたいポイント、それから、『応援しています』などのメッセージを盛り込んでいます」(高橋氏)

管理栄養士の坪井氏は、栄養指導をする際に配慮している点があるようだ。

「最初に、患者さんには、『食べてはいけないものは何もありません』と申し上げます。患者さんの食事療法は辛いものだという先入観を取り除いた後には、どんな小さな点でも、何かひとつ自分で決めた目標が達成されていれば、しっかりとほめて差



## 『おかやまDMネット』における連携の仕組み



出典：おかやまDMネットウェブサイトより作成 (<https://www.ouhp-dmcenter.jp/project/dm/dmnet/>)

上げます。お雑煮のおもちを2個から1個に減らしただけでも、患者さんには葛藤があったに違いないので、『たいへんな進歩ですね』と声をかけます」(坪井氏)

薬剤師の角南先生は、糖尿病教室での様子を語る。

「服薬指導の場ではもちろん、体験型のカンバセーションマップの教室でも、患者さんに今後の目標をきちんと聞いています。単に『良くなりた』ではなく、『体重を1年間で5kg減らしたい』といった具体的な目標を導き出すよう努めます。そして、その後の個人面談では、『体重を5kg減らしたい』人には、食事か運動か、何をメインに取り組んで、

目標を達成したいかを尋ねます。

こうして質問を重ねることで、患者さんが、生活改善のために得意な部分をメインに何から実行すれば良いのかを想像しやすくするのです」(角南先生)

理学療法士の寺野氏は運動療法の時間に、患者にエルゴメーターをこいでもらい、その運動の消費カロリーを知ってもらう体験学習を導入している。

「運動をすすめる立場ではありますが、汗をかくぐらい運動をしても、消費できるカロリーは案外少ないことを体感し、食事を工夫して摂取カロリーを減らそうとする患者さんが増えればと期待しています。

また、運動習慣のない方には、階段を使うようにする、犬の散歩のときに遠まわりするなど、日常生活の中で無理なく運動量を増やす工夫を提案します」(寺野氏)

直接、患者と接する機会が他職種にくらべて少ないと話す臨床検査技師の松本氏は、だからこそ患者に検査データを渡す際には細心の配慮を怠らない。

「糖尿病教室では多くを一度に話してしまうと頭に残らないので、まず血糖値とHbA1cに絞って2つの値の示す意味と重要性を説明します。すると、次の検査では、患者さんがそれらの項目を自主的に意識するようになって、数値が悪いと『どうすればいいのでしょうか』と尋ねてきます」(松本氏)

検査データひとつとっても、行動変容というキーワードを念頭に置くことで、説明の仕方も変わるのだ。

### 患者の行動変容を支えられるチームづくりに大切なもの

患者の行動変容を起こすための行動心理学的な技法に、コーチングやモチベーションインタビュー(動機づけ面接法)があるが、このチームのメンバーの場合、どのようにしてメンバーが行動変容を促す方法を体得したのかを佐藤氏が説明してくれた。

「中塔先生は、『患者さんは何を大切にしているのか』、『どういうことで苦しんでいるのか』、『どうしたいと思っているのか』を考えながら患者さんに寄り添っている自らの姿を見せてくださいます。それによりチームのメンバーは、『患者さんの治療のために具体的に何ができるのか』を主体的に考えて支援しています。そして、患者さんがご自分の身体を

大事にしたいと思える気持ちを引き出したり、自分の身体のためにやってみようという行為を応援したりすることのできるチームに進化し続けています」(佐藤氏)

中塔先生は、患者の行動変容を支えられるチームづくりのために、週1回のチームカンファレンスや忘年会、新年会など、日常的にチームのメンバー同士が、話をしやすい環境づくりを大切にしている。

「さまざまな取り組みについて、『やって良かった』、『患者さんが喜んでいた』とお互いに言葉で伝え合い、ほめ合ったりし、誰かが落ち込んでいれば、励ましの言葉をかけます」(佐藤氏)

もうひとつは、糖尿病教室や患者会などの講師やリーダーにメンバーを抜擢し、その人の力を発揮できる機会を与えていること。

「中塔先生は、メンバーの自主性や、やる気を尊重し、これまでに『これをやりたい』と相談をして、反対をされた経験は一度もありません。必ず『ぜひ、やってみなさい』と背中を押してくださいませ。提案事項がうまくいくたびに、自分を含めメンバーたちが成長していくのを感じます」(佐藤氏)

「厳しい指導よりも、チームからの応援のほうが、患者さんの行動変容を促す効果があります。同様に、理論だけではなく、チームのメンバー同士が尊敬し合い、助け合う環境づくりをするほうが、各メンバーにおける患者さんに対する姿勢の変化を期待できます」(中塔先生)

## “地域チーム医療”をめざし 地域医療連携の体制を強化

院内で展開されてきたチーム医療は、さまざまなかたちで地域に広が

りを見せている。

筆頭に挙げられるべきは、岡山県独自の糖尿病医療連携推進事業『おかやまDMネット(岡山県糖尿病医療ネットワーク)』(【資料2】)だろう。この事業の牽引者のひとりが、糖尿病センター副センター長の利根先生だ。

「おかやまDMネットでは、県全体の糖尿病医療のレベルアップを目的に、関連医療機関を、『総合管理(かかりつけ医)』、『専門治療』、『慢性合併症治療』、『急性増悪時治療』の4つに分けて機能分化を図るとともに、各々が連携する体制構築の支援をしています」(利根先生)

さらに、おかやまDMネットでは、かかりつけ医などの周辺にいて糖尿病治療を助ける医療スタッフとして2014年に『おかやま糖尿病サポーター』の育成を始めた。

「岡山県の構想では、認定看護師・専門看護師、日本糖尿病療養指導士(CDEJ)に次ぐ医療スタッフと位置づけられています。対象となるのは、看護師、准看護師、薬剤師、臨床検査技師、管理栄養士、栄養士、理学療法士、作業療法士で、講義と実習からなる研修会を受講すると、おかやま糖尿病サポーターに認定されます。

県が開催する研修会には、糖尿病専門医、認定・専門看護師、CDEJなどが協力していますが、当院からも研修会の講師やファシリテーターとして人材を派遣しています」(利根先生)

ほかに、同院では医療機関の連携で重要なシステム『岡山県糖尿病教育資材共有システム(SODET)』にも全面的に協力する。

「当院では、インターネットのクラウド上に、当院で使用している教育関連の資材やツールを置き、かかり

つけ医の先生方が自由に取り出して活用できるシステム『i-Diabetes Education Tools』を先駆的に構築していましたが、これを県の事業として全県的に拡大したのがSODETです。

地域全体でのチーム医療、いわば“地域チーム医療”の進展のため、マンパワーを含めた当院の医療資源を、地域全体で活用していただきたいと思っています」(利根先生)

同院のこれからの糖尿病医療について、利根先生と中塔先生に語ってもらった。

「“地域チーム医療”で求められる存在であり続けるのはもちろん、『専門治療』を担う医療機関としては、1型糖尿病患者を多く診療するとともに、インスリンポンプの導入や、人工すい臓を使った血糖コントロールを行うなど高度な医療にも積極的に取り組み、先進糖尿病医療の拠点病院としても貢献していきたいと考えています」(利根先生)

「高齢者の増加にともなって、認知症とのかかわりや、患者さんとご家族への支援がさらに増えるため、ますますチーム医療の必要性が増すでしょう。

今後も、多職種それぞれが患者さんの気持ちを大切に作るチームで医療を推進するべく力を尽くします」(中塔先生)

糖尿病治療では患者の行動変容を促すのが大事とはよく言われるが、今回、同院のチームの活動を取材して、その真の意味がわかったような気がした。

社会福祉法人恩賜財団済生会  
岡山済生会総合病院

〒700-8511  
岡山県岡山市北区国体町2-25  
TEL: 086-252-2211