

外来において血糖自己測定の継続指導が有用であった症例

横山 有子 (渡辺内科クリニック 検査室) , 渡辺 伸明 (渡辺内科クリニック)

【はじめに】血糖自己測定（以下 SMBG）は糖尿病患者の日常生活に合った薬物療法の調整と患者に自己管理の動機付けを行うために有用とされている。SMBGの導入後も継続指導を行い治療に活かした症例を報告する。

【症例 1】58歳、男性。インスリン導入前に SMBGを開始し患者の動機付けとインスリン注射の選択に有効であった。患者の受け入れが良好であったので間食や運動などの生活メモの記入をすすめたところ、値がいつもより高い場合に原因を振り返るようになった。患者自身が治療の効果を実感し、風邪を引いた時の対処法などを理解することで SMBGの意義を確認でき、SMBG開始時 8.4%であった HbA1dは半年後約 1%低下した。その後、漫然と同じタイミングで測定していたので再度アドバイスした。

【症例 2】64歳、女性。インスリン療法に伴い、SMBG導入を行った。一見理解力はあるように見えたが、精神的な負担が大きく操作上の問題を訴えに最初は何度も来院した。できるだけゆっくり話を聞き自信をつけさせるよう励ますことを繰り返し、約 3 カ月後やっと表情に落ち着きが見ら

れるようになった。血糖値と食事の関連を考えるようになり食事の仕方や内容を工夫するようになった。さらに運動を積極的に行うようになり当初 9.9%であった HbA1dは半年後 7.9%と改善傾向にある。

【考察】症例 1 では患者自身が血糖の動態を実感していたのでそれを最大限生かせるよう生活メモの記入や血糖値の予測をすすめ、それが治療に有効であった。症例 2 では最初、治療の受け入れが良好ではなかったが、患者とコミュニケーションを取ることが行動変容につながった。SMBG指導は個々の患者に適した方法で段階的にすすめ、継続的な指導の必要性があると再認識した。

【結語】SMBGの手技説明にとどまらず、継続して患者に関わり、患者が療養生活に活かせるような指導を目指したいと考える。

連絡先 0798-23-5160