

プログラムを実施している 医療機関の声

不可欠な生活改善をサポートします。



糖尿病や腎症は、生活改善が不可欠です。そのために、病院の医師や看護師はもちろん、市町村の保健師等も一緒になってサポートする体制があることは、とても良いことです。

治療の質を あげることもつながります。



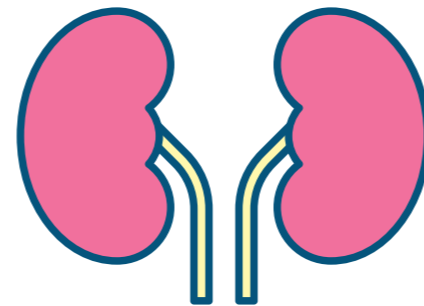
限られた診療時間ではなかなかお聞きできない患者さんの悩みや状況を、市町村の保健師等が親身に聞いてくれます。また、その情報を病院に伝えてくれるので、今後の治療に活かすことができます。

食生活を変える きっかけになった人もいます。



病院で患者さんとお話できるのは、1～2か月に1回ですが、その間に市町村の保健師等が患者さんの様子を聞いてくれます。患者さんにとって相談先が増えることはよいことだと思います。

一緒に 腎臓を守ろう！



- 高知県では、たんぱく尿がみられるなど糖尿病性腎症の進行が心配される患者さんを対象とした、腎機能を保つためのプログラムを始めました。
- 医療機関で受けたアドバイスをもとに、あなたのおうちでの生活を市町村の保健師等がサポートします。
- まずは、かかりつけ医にご相談ください。

高知県糖尿病性腎症 透析予防強化事業推進会議

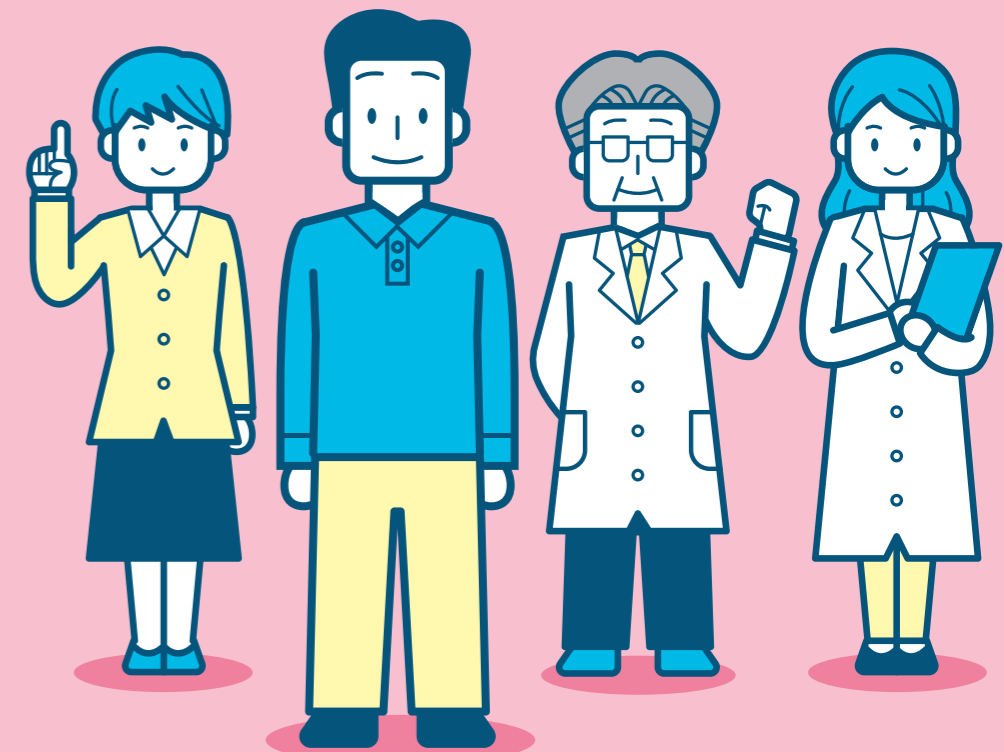
事務局

高知県 健康政策部 保健政策課
〒780-8570 高知市丸ノ内1丁目2番20号
TEL:088-823-9648
FAX:088-823-9137

腎臓を守ろう！

糖尿病性腎症透析予防 強化プログラムのご案内

チームで
サポートします！



糖尿病性腎症透析予防強化プログラムを利用してみませんか？

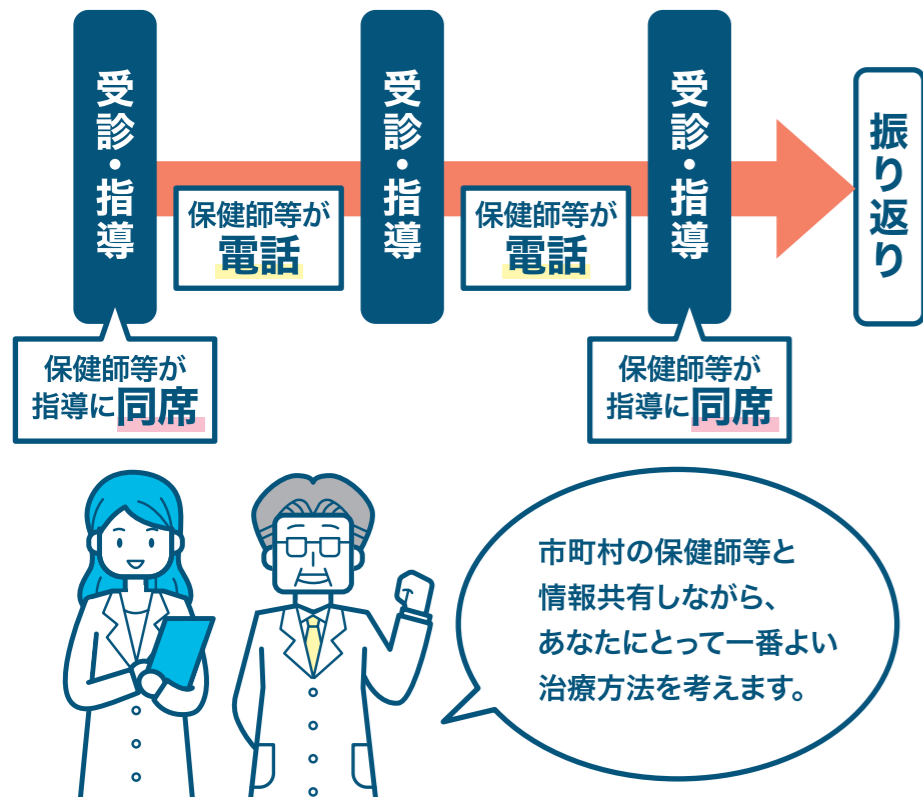
糖尿病性腎症透析予防強化プログラムとは

患者さんの治療(生活改善等)を医療機関と市町村の保健師等がチームになってサポートします。



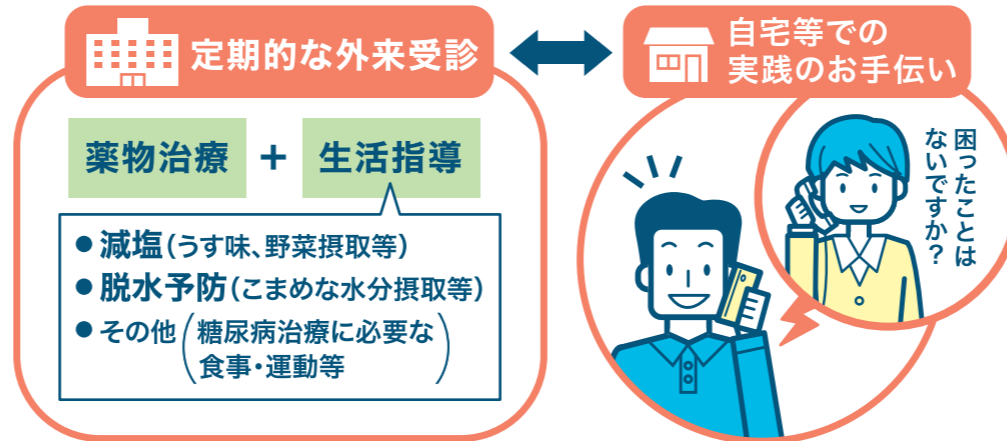
1クール 6か月間 あなたに合った方法でサポートします

実施例



プログラムの内容

外来受診では、薬物治療と生活指導を行います。生活指導は、「減塩」と「脱水予防」を重点的に行います。



プログラムの効果

外来受診のみを行ったグループと、外来受診に加えてプログラムを実施したグループとを比較したところ、プログラムを実施したグループのほうが腎機能の低下が緩やかになりました。

→ **透析導入時期を約5年程度遅らせる可能性がある** ことがわかりました。

透析導入時期が先に延びると

QOL(生活の質)を守ることができます。
→ **透析治療のための通院が不要に**
透析にかかる時間(5年間)=**3,120時間***

※ 1人あたり624時間/年(3回/週×4時間/回)×5年

治療や病気に対する不安や疑問を、受診日以外の日に、電話や訪問等で、ゆっくりお聞きできます。

疑問やお困りごと等を、病院にお伝えすることもできます。

実際に利用した方々の声

生活習慣の改善により血糖値が良くなった。

好きじゃなかった野菜を食べるようになった。また、運動(ウォーキング)の習慣もでき、ヘモグロビンA1cが良くなった。(60代、男性)

食生活の改善により、血糖値が落ちついた。

助言をもらい、好きだった甘いジュースを無糖のものに変えたところ、ヘモグロビンA1cが落ちついてきた。甘いものを食べたいときもあるので、そういう時は相談し、「半分だったらいいよ」などとアドバイスをもらっている。(50代、女性)

食塩の量を意識し、eGFR(腎機能)が安定した。

管理栄養士や市の保健師が定期的に声を掛けてくれるので、買い物で惣菜を選ぶ時、食塩の量を意識するようになり、eGFRが急激に悪化しなくなった。(60代、男性)

減塩、水分摂取を気にかけるようになった。

いつも通院後に保健師が電話をかけてくれるので、減塩のやり方などを相談している。こまめな水分摂取にも気にかけるようになった。前と比べて体調が良かった気がする。(80代、女性)

食事内容に気をつけ、体重のコントロールができるようになった。

医師、看護師、管理栄養士と市の栄養士が気に掛けてくれることで、毎日の食事内容を意識するようになり、体重コントロールができるようになった。(40代、男性)

同じアドバイスが心強かった。

医師と管理栄養士が、市の栄養士と連携して、みな同じアドバイスをくれたので「その通りに進めていこう!」と思えるし、不安も解消される。(50代、女性)