

糖尿病教育入院のご紹介

糖尿病・内分泌内科 医長 仙波 英徳

糖尿病は血糖値が高くなり、さまざまな合併症を引き起こす病気です。

初期は自覚症状が少ないため、病気に気づかなかつたり、忙しい生活の中でついつい治療を後回しにしてしまいがちになりますが、合併症が進むと日常生活に支障がでてくるようになります。

糖尿病は一生つきあっていく必要がある病気ですが、きちんと自己管理をしていくことで糖尿病でない方と同じように健康な生活ができる病気でもあります。

当院の糖尿病教育入院では、以下の三点を目的とした入院治療を実施しています。

- ①糖尿病とはどのような病気を学ぶ
- ②糖尿病とうまく付き合っていくためにどうすればいいかを理解する
- ③血糖コントロールをよくしていく

また入院中に糖尿病の合併症や他の病気が隠れていないかの精査をすることができます。

教育入院、というと何だか硬いイメージに感じますが、健康



筆者（前列左から4人目）と糖尿病チームのスタッフたち

のための“合宿”のようなものだと思ってください。

入院期間は、最短2泊3日の短期間で学べるコースから、1~2週間程度しっかりと腰を据えて検査・治療ができるコースまで、それぞれの患者さんご希望に応じて調整できるようにしています。

当院には医師、看護師、管理栄養士、理学療法士、薬剤師、臨床検査技師、臨床心理士といった様々なスペシャリストがいます。

入院中には各スタッフとお話をしながら

- ①糖尿病についての基本的な知識
 - ②食事療法、運動療法の取り組み方
 - ③日常生活における注意点
 - ④薬の役割と気をつけること
 - ⑤検査結果の見方
- などを学ぶことができます。

堅苦しい講義ではなく、医療スタッフと患者さん、あるいは患者さん同士でもお話をしながら楽しく学べるようにしています。

入院中に1日の中での血糖値の動きを詳しく調べてみることで、その人にあったお薬の調整をすることができます。体重の多い方では、入院中の食事・運動療法でしっかり体重を落としておくと、その後の治療がかなり楽になります。

今後も元気なお身体を維持していくために、一度教育入院を体験してみたいはいかがでしょうか。

糖尿病教育入院（2泊3日）の一例

	入院1日目	入院2日目	退院日
安静度		制限なし	
食事	病院食		
清潔	入浴可（月・水・金）		
排泄	トイレ利用	検査のため、所定の容器に排尿	トイレ利用
検査 処置	各食前・就寝前に血糖測定		
	尿糖測定		
	体重測定（4回）		体重測定（2回）
講義内容 その他	血液検査・尿検査・便潜血検査		
	・オリエンテーション ・糖尿病とは ・食事療法について ・運動療法について ・SMBG・尿糖測定について ・栄養指導・薬剤指導	・薬物療法について ・合併症について ・ストレスと向き合う方法 ・足病変（フットケア） ・合併症について（医師より）	・日常生活の注意点・災害 ・退院後もガンバル方法 ・修了式

☆状況により予定を変更する場合があります。

えいらい遺産 第1回

理事長応接室 「仁者天下無敵」 / 村上三島 書

今回から始まった「えいらい遺産」では、病院内および永頼会館（管理棟）にあるアートをご紹介します。

記念すべき第1回は、永頼会館内の理事長応接室にある村上三島（むらかみさんとう）の書です。

「仁者天下無敵」（じんしゃてんかむてき）と書かれたこの書は、理事長応接室の中でも存在感を放っています。書の意味については、巻頭言にて説明しておりますのでぜひ併せてご覧ください。

この書の作者である村上三島は、1912年、愛媛県越智郡瀬戸崎村（現上浦町）に生まれた愛媛にゆかりのある書家です。皆さんになじみ深い代表作といえば、松山市役所本館の「松山市」という文字でしょうか。また、その功績が称えられ、上浦町には「村上三島記念館」（上浦町歴史民俗資料館）が建立されています。

実は…永頼会館の中には、他にも村上三島の作品がございます。次回も村上三島にゆかりのあるアートをご紹介しますので楽しみに！（広報委員会）

