

令和2年度人材育成研修会 症例検討会

① 糖尿病の機序について

② 症例検討 (2 症例)

講師 森川小児科アレルギー科クリニック 管理栄養士 武田 美由紀 氏
(宮城県栄養士会理事 栄養 CS 部 医療部長)

令和2年8月23日(日)宮城県栄養士会3階会議室において、人材育成研究会症例検討会が開催され、6名の方に参加をいただきました。

はじめに、「糖尿病の機序」をテーマに、武田氏から講義がありました。

血糖に関わるホルモンで血糖を上昇させるホルモンは複数あるのに対し、下げるホルモンはインスリンのみであり、そのインスリンは基礎分泌と追加分泌で構成されています。また、糖尿病患者ではインスリン分泌低下によるインスリン分泌障害とインスリンの効きが悪いインスリン抵抗性優位があり、血糖日内変動についても詳細に説明していただきました。さらに血糖降下薬の把握が重要であるとのことで、作用機序についても再認識することができました。時間栄養学にも着目し、「何を、どれだけ食べたか」ではなく「いつ、どのように食べたか」で消化吸収に影響しやすいことなどを学びました。

参加者からは病態について復習ができ、再確認することができてよかった、今後に生かしていきたいなどの意見がありました。



次に武田氏より糖尿病患者についての症例検討が2例行われました。共通の問題点として、早食いであるため食事摂取量が増え、肥満へとつながっていた事でした。栄養指導時に「一口サイズを小さくし、ゆっくりよくかんで食事を20分かけること。さらに腹八分目の習慣をつけること。」を伝えていました。ご飯の一口サイズは約7gと実物大を提示し、患者さんがより理解できるように指導を行っていました。2症例とも栄養指導実施後体重が減少し、血糖コントロールが良好になり、患者さん自身が食に関心を持つようになったとのことでした。糖尿病患者のセルフマネジメントを支援するためには、患者さんに寄り添った個々の栄養指導が大事だと改めて感じました。

参加者からは栄養指導時に具体的な部分を示して説明することが大切だとわかりましたなどの意見がありました。

(文責 安彦明香)