

糖尿病カンバセーションマップから学ぶ



国立国際医療研究センター病院

糖尿病内分泌代謝科 岸本美也子

◆ 糖尿病の患者教育、療養指導

- 療養指導のあり方
- チーム医療
- 糖尿病療養指導士(CDE)

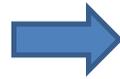
◆ カンバセーションマップとは

- 実際の活用方法
- その有用性と課題

糖尿病教育のコア指標であるセルフケア行動

1. 活動的である: 身体活動(運動)
2. 適切な食事をとる
3. 薬を管理する
4. 血糖をモニタリングする
5. 血糖に関連する問題(高血糖、低血糖、シックデイなど)に対応する
6. 合併症のリスクを減らす(禁煙、フットケアなど)
7. 糖尿病とともに生きる(心理社会的適応)

「どうして〇〇ができなかったのですか？」

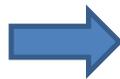


責め、言い訳
行動変化につながりにくい

「〇〇が上手いかなかったのですね？」

「そのことで何か気付いたことはありますか？」

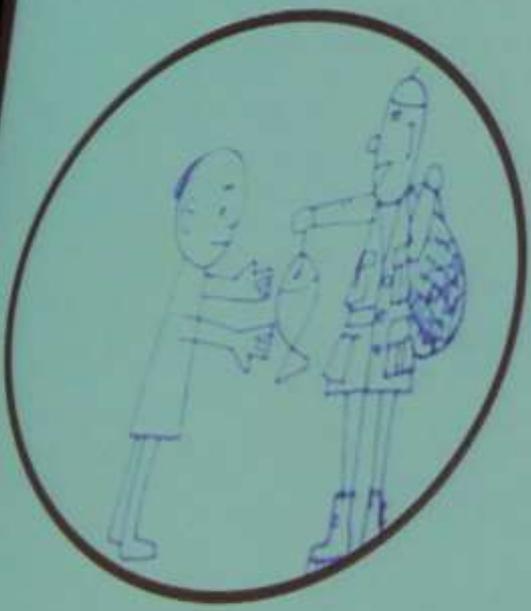
「どうしたら次はうまくいきそうですか？」



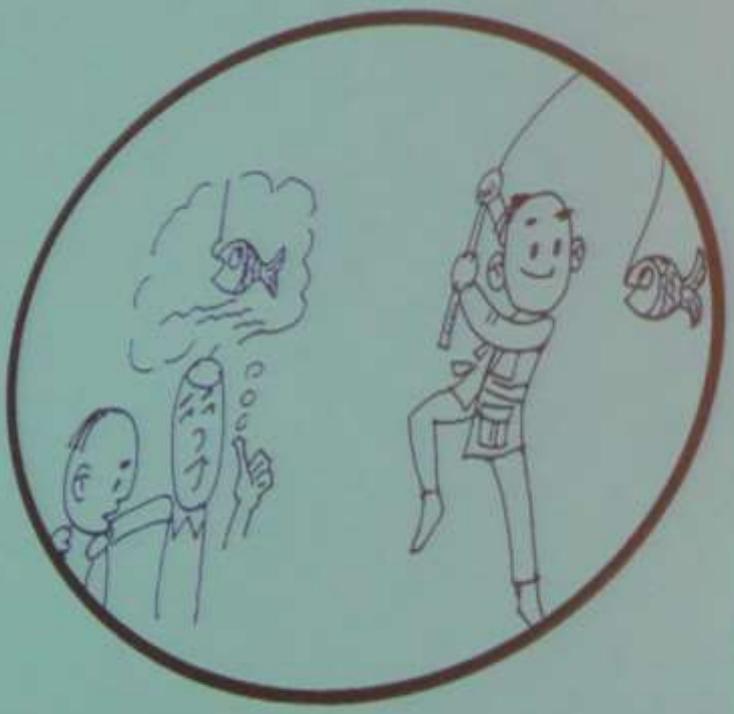
自分を客観視
未来をイメージ
行動変化につながりやすい

Focus on skill training

Give a fish
feed him for a day



Teach him how to fish
feed him for a lifetime



◆ 糖尿病の患者教育、療養指導

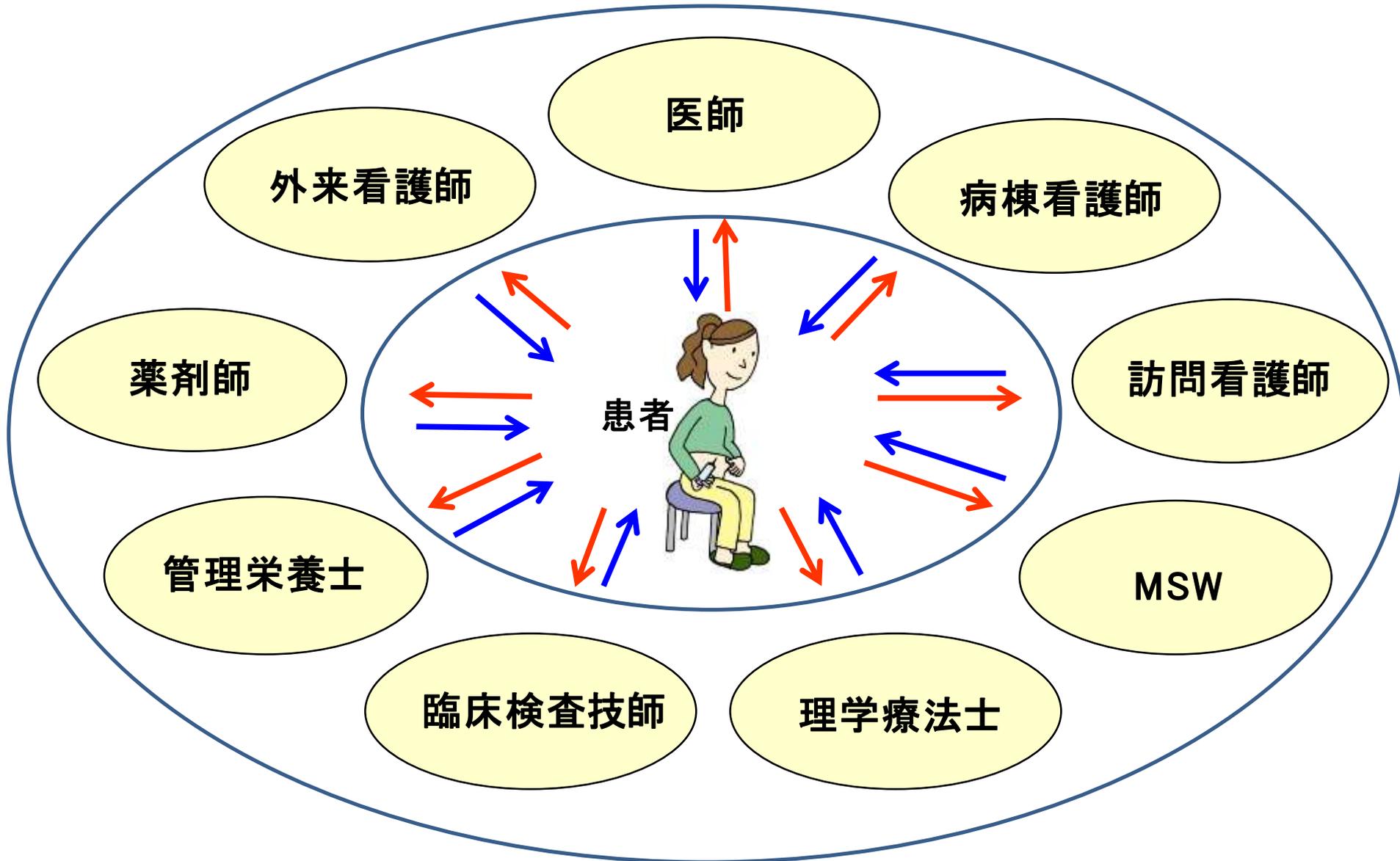
- 療養指導のあり方
- チーム医療
- 糖尿病療養指導士(CDE)

◆ カンバセーションマップとは

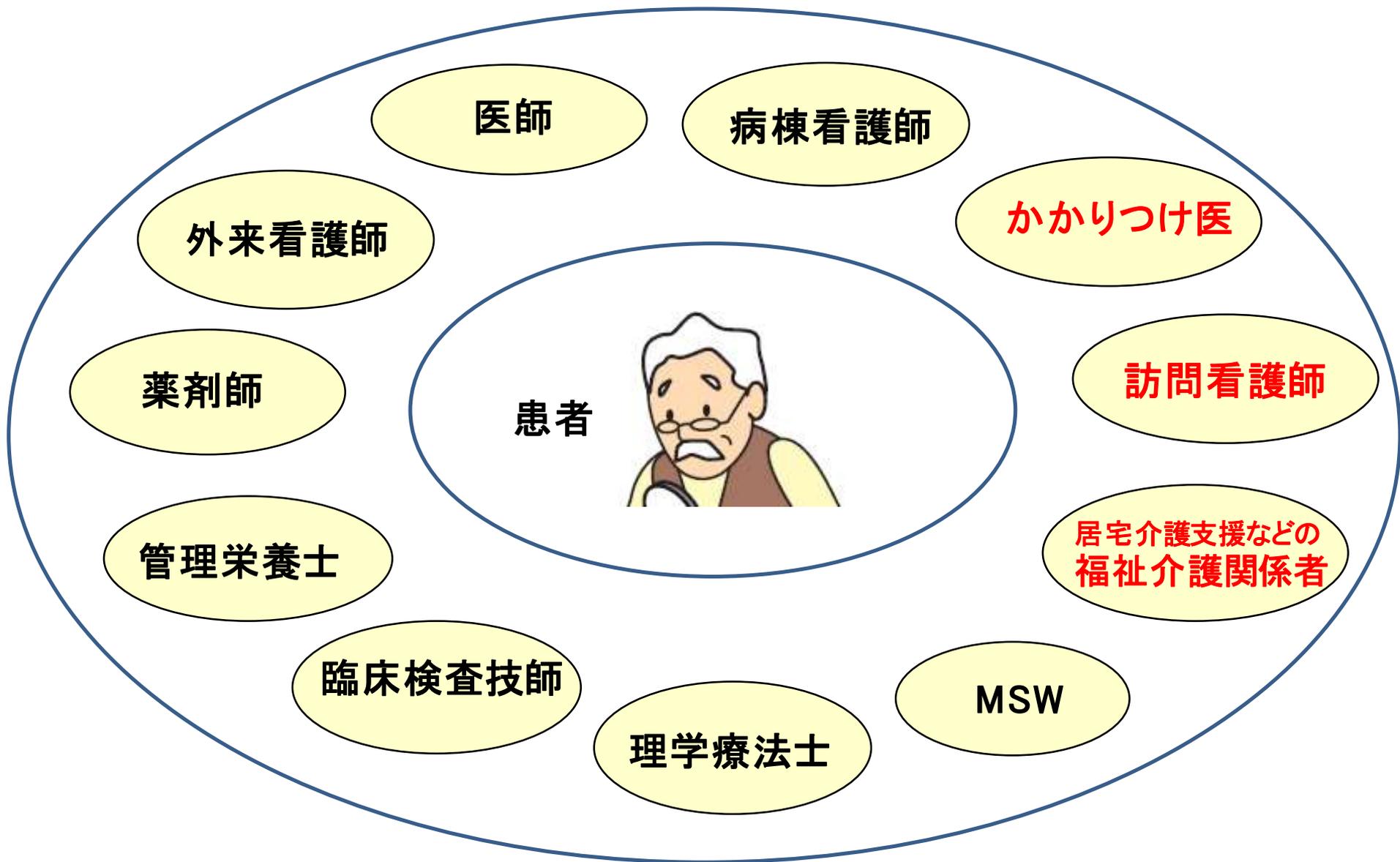
- 実際の活用方法
- その有用性と課題

患者中心のチーム医療

Patient Centered Medicine



患者中心のチーム医療



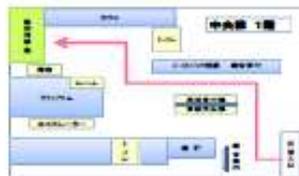
生活習慣病教室

11月後半



高血糖・高血圧・脂質異常といった生活習慣病について各科担当スタッフがお話し致します。
入院・外来通院中の方、ご家族の方、予防したい方など興味のある方は是非ご参加下さい。

11月24日 (月) 祝日	休講	自分はまだ大丈夫？ 生活習慣病
	休講	つらい目、避けよう～生活習慣病と眼のかかわり～
11月25日 (火)	2:00～2:40	人間ドックからみた生活習慣病 ～国民的常識に？メタボリックシンドロームとは～
	2:45～3:05	高血圧・動脈硬化の食事～塩分制限が大切です！～
	3:10～3:50	血管注意報！高血圧、心臓病、動脈硬化について
11月26日 (水)	2:00～2:40	病院の薬は怖い？恐くない？生活習慣病のお薬
	2:45～2:55	知っているようで知らない？食べ物と薬の飲み合わせ
	3:00～3:40	①しびれる神経(神経障害のお話) ②見逃さないで、その症状(脳梗塞のお話)
11月27日 (木)	2:00～2:40	①運動のカギ(運動のお話) ②座ってできるストレッチ体操
	2:45～3:25	肥満と生活習慣病
	3:30～4:10	糖尿病、肥満、脂質異常症の食事～上手な食事のとり方～
11月28日 (金)	2:00～2:40	生活習慣病は検査が発見してくれる！(検査のお話)
	2:45～3:25	腎臓の仕組み、働きと糖尿病性腎症
	3:30～4:10	腎臓を守る糖尿病性腎症の食事～糖尿病の食事との違い～



【開催場所】**集団指導室**(中央棟1階カフェ左隣)内線 3074

お問い合わせ先:独立行政法人 国立国際医療研究センター病院 患者教育事務室
TEL:03-3202-7181(内線 2568) 主催:生活習慣病委員会

糖尿病教室 2014年11月



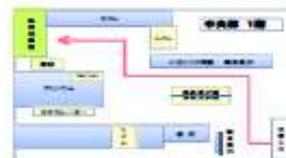
糖尿病内分泌代謝科より糖尿病教室についてのご案内です。
どなたでも参加して頂ける教室ですので、ぜひお越しください。

第1週目	11月3日(月)	休講 土日祝	「糖尿病」って何？
	11月4日(火)	3:00～4:00	糖尿病食は健康食！
	11月5日(水)	3:00～4:00	検査からわかる糖尿病
	11月6日(木)	3:00～4:00	素敵な足をめざして♪～糖尿病の足の病気の予防～
	11月7日(金)	3:00～4:00	知っています か？自分のお薬

第2週目	11月10日(月)	3:00～4:00	「糖尿病」って何？
	11月11日(火)	3:00～4:00	糖尿病食は健康食！
	11月12日(水)	3:00～4:00	検査からわかる糖尿病
	11月13日(木)	3:00～4:00	素敵な足をめざして♪～糖尿病の足の病気の予防～
	11月14日(金)	3:00～4:00	知っています か？自分のお薬

場所：集団指導室(中央棟1階カフェ左隣)内線 3074

ご都合の良い曜日・時間にご参加ください。事前予約は不要です。受講料は無料。ただし、第3週目「糖尿病食は健康食！」については、入院中の方のみ入院費に加算されます。



平成21年4月より生活習慣病教室・糖尿病教室受講者カードをお配りしています。全講義に出席いただいた方には、受講終了証をお渡ししております。ご興味のある方は、ぜひご参加下さい。

独立行政法人 国立国際医療研究センター病院
糖尿病内分泌代謝科

TEL: 03-3202-7181(内線 2508・2568)



糖尿病
・検査
細い
糖尿病
・脳
・心臓
・末梢血管
95%以上







どのような人にインスリン治療？

- 1. インスリン依存状態
- 2. 糖尿病性昏睡
- 3. 重症の肝障害、腎障害の合併
- 4. 重症感染症、外傷、中等度以上の手術
- 5. やせ形で栄養状態が低下
- 6. 糖尿病合併妊婦
- 7. 高カロリー輸液
- 8. SU薬アレルギー





◆ 糖尿病の患者教育、療養指導

- 療養指導のあり方
- チーム医療
- 糖尿病療養指導士(CDE)

◆ カンバセーションマップとは

- 実際の活用方法
- その有用性と課題



一般社団法人

日本糖尿病療養指導士認定機構

Certification Board for Diabetes Educators in Japan

<http://www.cdej.gr.jp/>



CDEJ (Certified Diabetes Educator of Japan: 日本糖尿病療養指導士)とは、糖尿病治療にもっとも大切な自己管理(療養)を患者に指導する医療スタッフです。高度で幅広い専門知識をもち、患者の糖尿病セルフケアを支援します。



わたしたち、 日本糖尿病療養指導士です

日本糖尿病療養指導（CDEJ：Certified Diabetes Educator of Japan）とは、糖尿病治療にもっとも大切な自己管理（療養）を患者に指導する医療スタッフです。高度で幅広い専門知識をもち、患者の糖尿病セルフケアを支援します。



薬剤師 「よりよい療養生活を送れるように、糖尿病治療と一緒にがんばりましょう！！」

臨床検査技師 「糖尿病を見つけるのも検査士と連携しコントロールにお役目が重要です！」「気になるのは血糖値だけですか？」「生理後血糖値も定期的に受けましょう！」

管理栄養士 「糖尿病の食事でご飯ばかり食べてはいけないものはありません。『量』や『頻度』、『食べるタイミング』などをうまく調整すれば、食べたいものを我慢せずに食べることができます。食事を楽しむ方法を一緒に考えていきましょう！お気軽に栄養相談にいらしてください。」

看護師 「あなたにとっての『糖尿病』ってなんですか？皆さんのいろいろな思いを教えてください。私たちは、皆さんが皆さんらしく楽しく過ごせるように、医師と一緒に皆さんのお手伝いをしたいと思っています。お気軽にお声がけください。」



石井 洋子
看護師



高橋 真由美
糖尿病療養指導士



藤井 晶子
看護師



折倉 悠子
臨床検査技師



山田 武司
臨床検査技師



藤原 由紀
看護師



吉川 真由
看護師



藤岡 真三
薬剤師



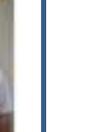
吉澤 尚子
薬剤師



佐藤 悠子
看護師



中津 結子
糖尿病療養指導士



松本 朋子
看護師



独立行政法人
国立国際医療研究センター
NCGM National Center for Global Health and Medicine

院内CDEミーティング(月に1回)



◆ 糖尿病の患者教育、療養指導

- 療養指導のあり方
- チーム医療
- 糖尿病療養指導士(CDE)

◆ **カンバセーションマップとは**

- **実際の活用方法**
- その有用性と課題

糖尿病カンバセーション・マップ™ツール

Healthy Interactions | Diabetes Conversations

Created by  In collaboration with  Sponsored by 

[Login](#) | [Contact Us](#) | [United Kingdom \(Change Country\)](#)

[About the Diabetes Conversations Programme](#) | [About the Conversation Map Tools](#) | [Using the Conversation Map Tools](#)



DIABETES CONVERSATIONS

Diabetes Conversations features Conversation Map™ tools which are transforming diabetes education.

[Learn More >>](#)



Get trained in a city near you and start using the Conversation Map tools.

Questions?
Learn the basics about Diabetes Conversation Map tools and how to get started.

Best Practices
Learn from those before you. Get insider information from other current healthcare professionals using the Conversation Map™ tools.

Expert Q&A
A deeper look into the application of Diabetes Conversation Map tools and the results they provide.



Healthy Interactions社が国際糖尿病連合(IDF)と協力して作成した教育ツール

<http://www.healthyinteractions.com/>

日本糖尿病協会 <http://www.nittokyo.or.jp/>

◆進行役の留意点

1)なるべく自分は話さない。患者さんの発言を促す
⇒しかし、軌道修正は必要

2)いろいろな想いや考えがあることを理解する
⇒しかし、最後はある程度、解答を示してまとめる



糖尿病とはどんな病気か



糖尿病の病態生理について話し合う。糖尿病患者の体内で何が起きているのか？また糖尿病管理が不十分な場合、どのような合併症が生じるのか？

フットケア



フットケアについて基本知識を話し合うマップ。なぜフットケアが必要となるのか、フットケアの方法や注意点、糖尿病足病変を予防するための靴の選び方やどのようなタイミングで医師や看護師に足のことを相談すべきかについて話し合う。



United States of America





United States of America



<http://stldiabetes.wordpress.com/2008/07/23/26-rap-about-conversation-mapping/>



China





Denmark



HVORDAN VIRKER DIABETES



糖尿病併發症與相關風險因子 看圖對話™



BYETTA 併用
與某些藥物
BYETTA 併用
與某些藥物
BYETTA 使
用時請
注意。

Managing Diabetes During Ramadan *Conversation Map™*

A Day of Fasting During Ramadan

SUHUR IFTAR Taraweeh Hydration (10 or More Glasses of Water) SUHUR

Categories of Fasting Risk

- 1 Very High Risk
- 2 High Risk
- 3 Moderate Risk
- 4 Low Risk

Myths

Facts

Best

Better

Avoid

Break Your Fast If...

Pre-Ramadan Medical Assessment

Blood Glucose Testing Plan

Medication Plan

Support Network

Physical Activity and Prayer

Medication

Diet

CONSTRUCTION AREA

Four Major Complications During Fasting

- Hypoglycaemia
- Hyperglycaemia
- Diabetic Ketoacidosis
- Dehydration and Thrombosis

Fasting During Ramadan

Children exempt from fasting those who are ill or on a journey

For people who are ill fasting increases the risk of fasting-associated complications, like severe hypoglycaemia.



食事と運動療法編



◆ 普段の栄養指導

◆ 集団指導に利用



インスリン注射編



◆ 普段の服薬指導、注射説明

◆ スタッフにも使える



◆新人スタッフの研修にも

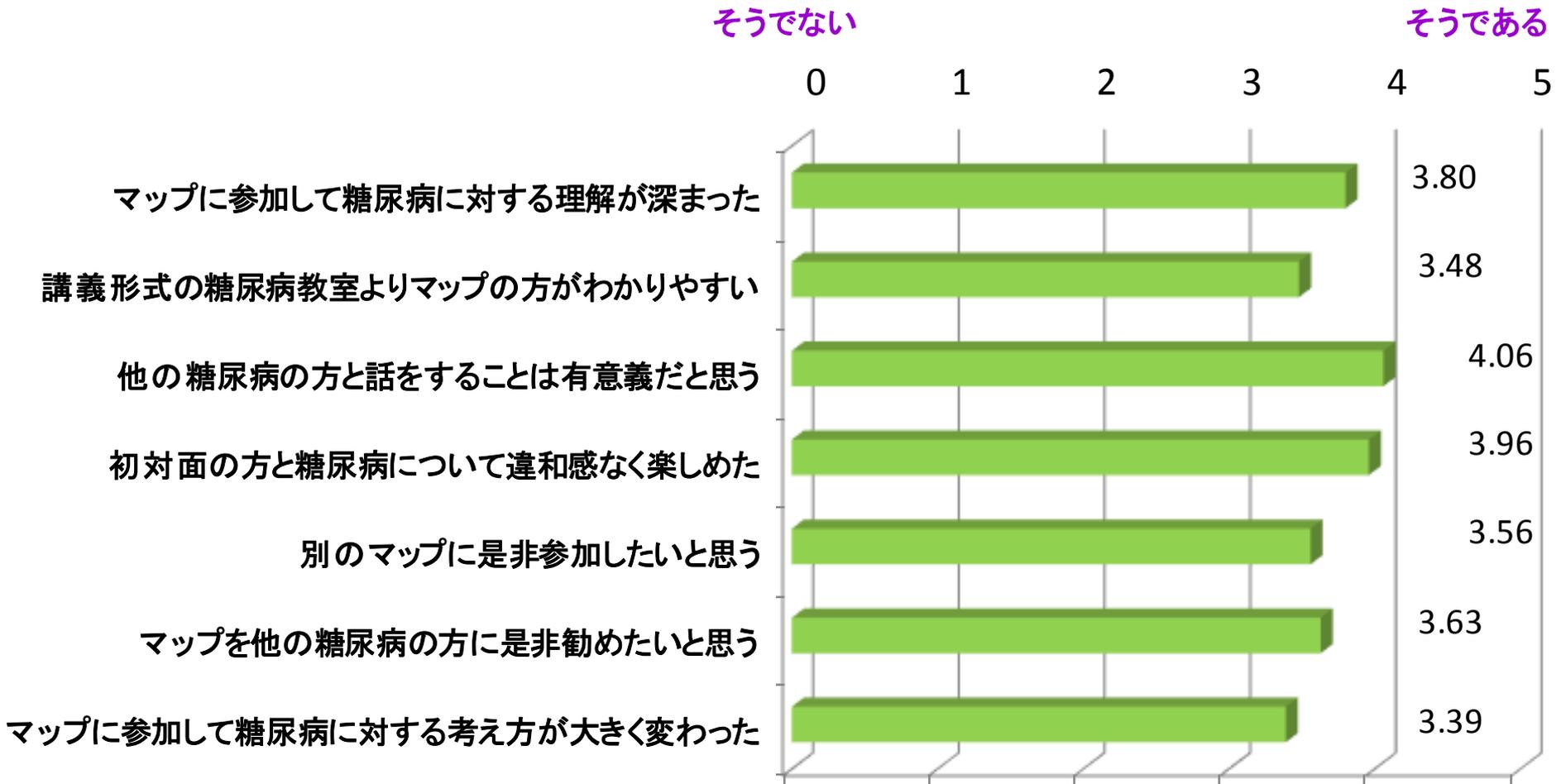
◆ 糖尿病の患者教育、療養指導

- 療養指導のあり方
- チーム医療
- 糖尿病療養指導士(CDE)

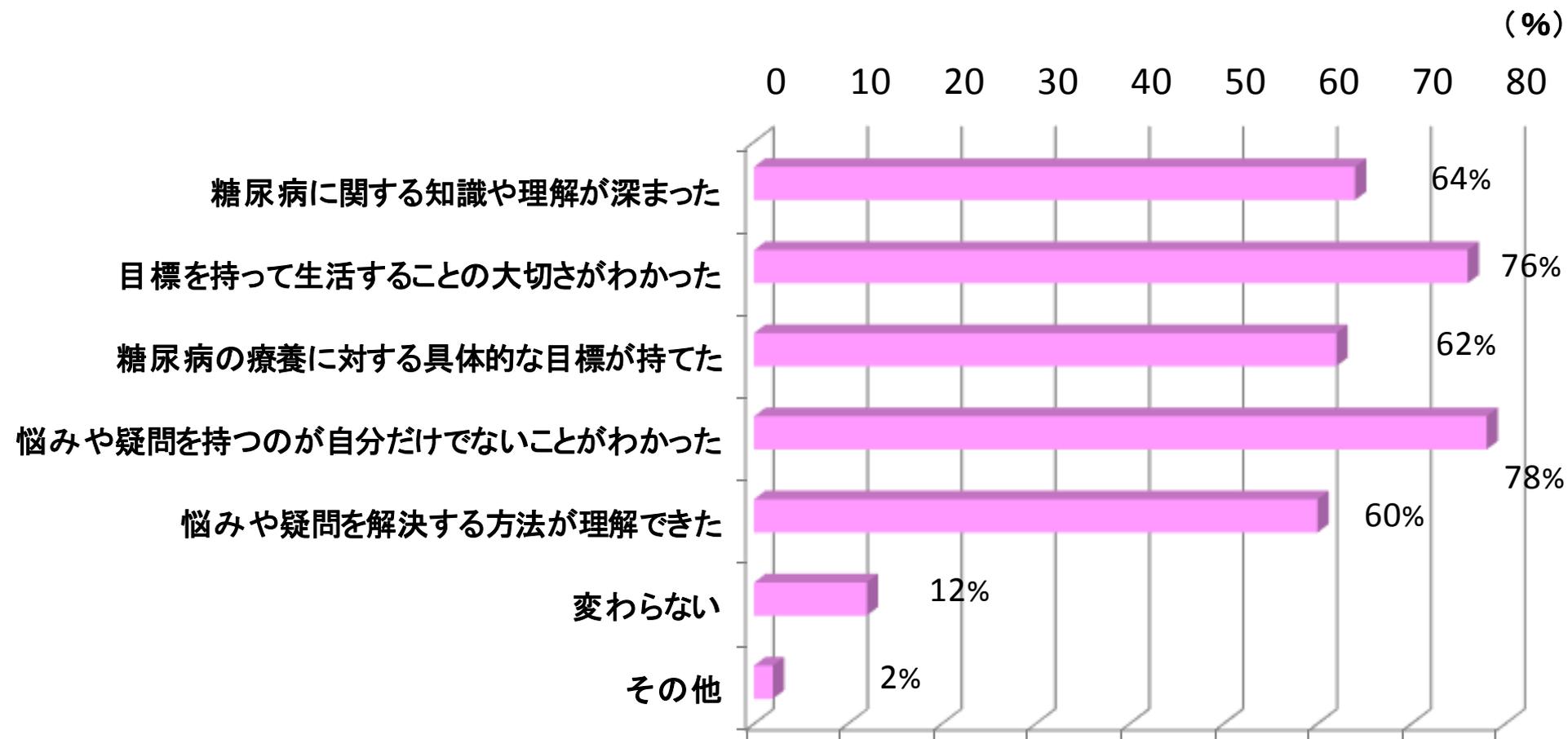
◆ カンバセーションマップとは

- 実際の活用方法
- その有用性と課題

患者さん自身の評価



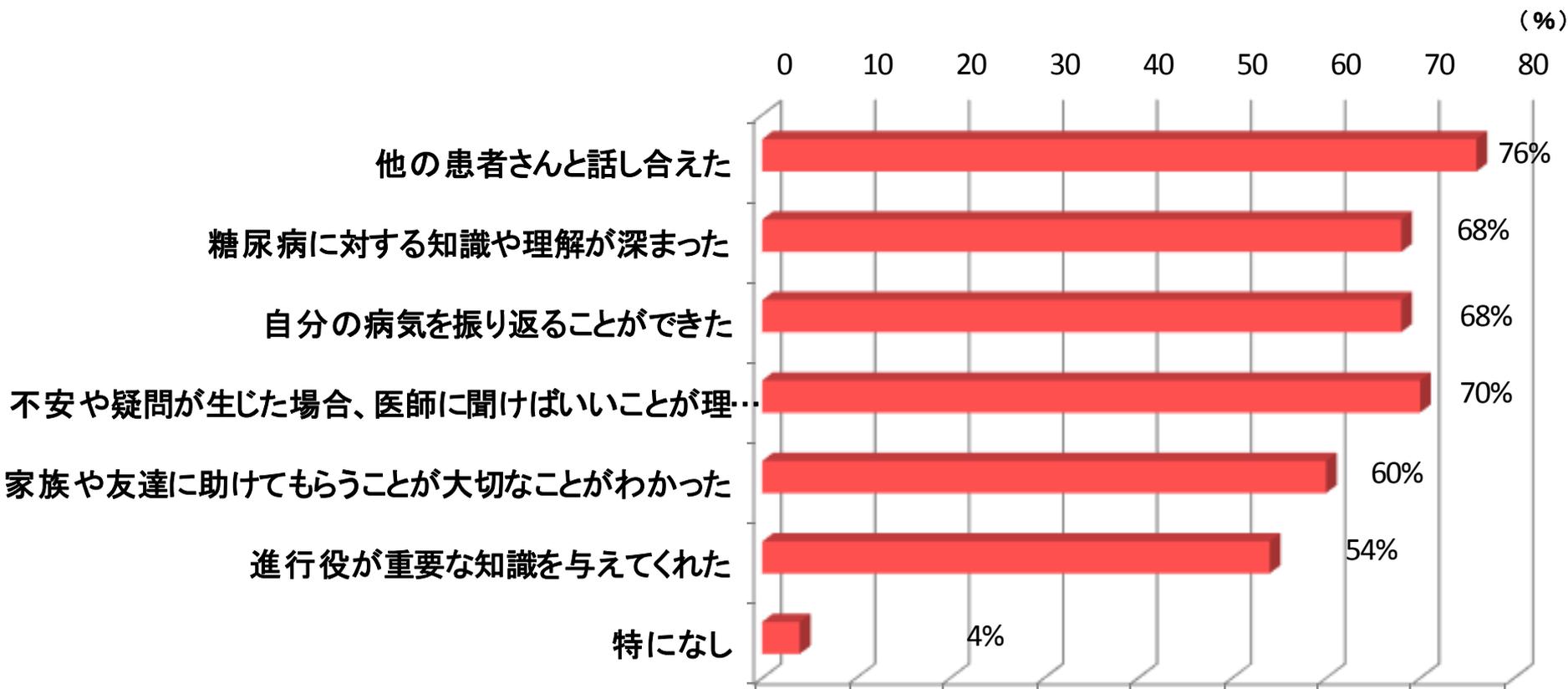
自分自身の考え方はどのように変わったか



DM Ensemble 2(4)2014. 2.20

糖尿病 2012:55(Supp.1):S-275

有意義なことは何であったか



DM Ensemble 2(4)2014. 2.20

糖尿病 2012:55(Supp.1):S-275

Effectiveness of the kit Conversation Map in the therapeutic education of diabetic people attending the Diabetes Unit in Carpi, Italy

Recenti Progressi in Medicina 2010, 101(12);471-474

63 人 マップ終了3ヶ月後には

◆空腹時血糖が $152.9 \pm 55.2 \Rightarrow 138.2 \pm 38.9$ (mg/dl)

◆HbA1cが $8.2 \pm 1.2 \Rightarrow 7.8 \pm 1.4$ (%)

◆BMIが $27.6 \pm 15.1 \Rightarrow 25.5 \pm 15.5$ kg/m²

カンバセーションマップは有用である、なぜなら...

(a) 血糖コントロールが良くなる

(b) メイントピックスに関する患者教育に有用

(c) 看護師が主となり活躍できる

(d) 知識と行動の橋渡し

(e) ボランティアの参加

(f) 医療スタッフと患者間の関係やコミュニケーションが改善

Diabetes conversation map in Nigeria:

A new socioeducational tool in diabetes care

Indian J Endocrinol Metab 2013 Nov-Dec; 17(6) 1009-1011

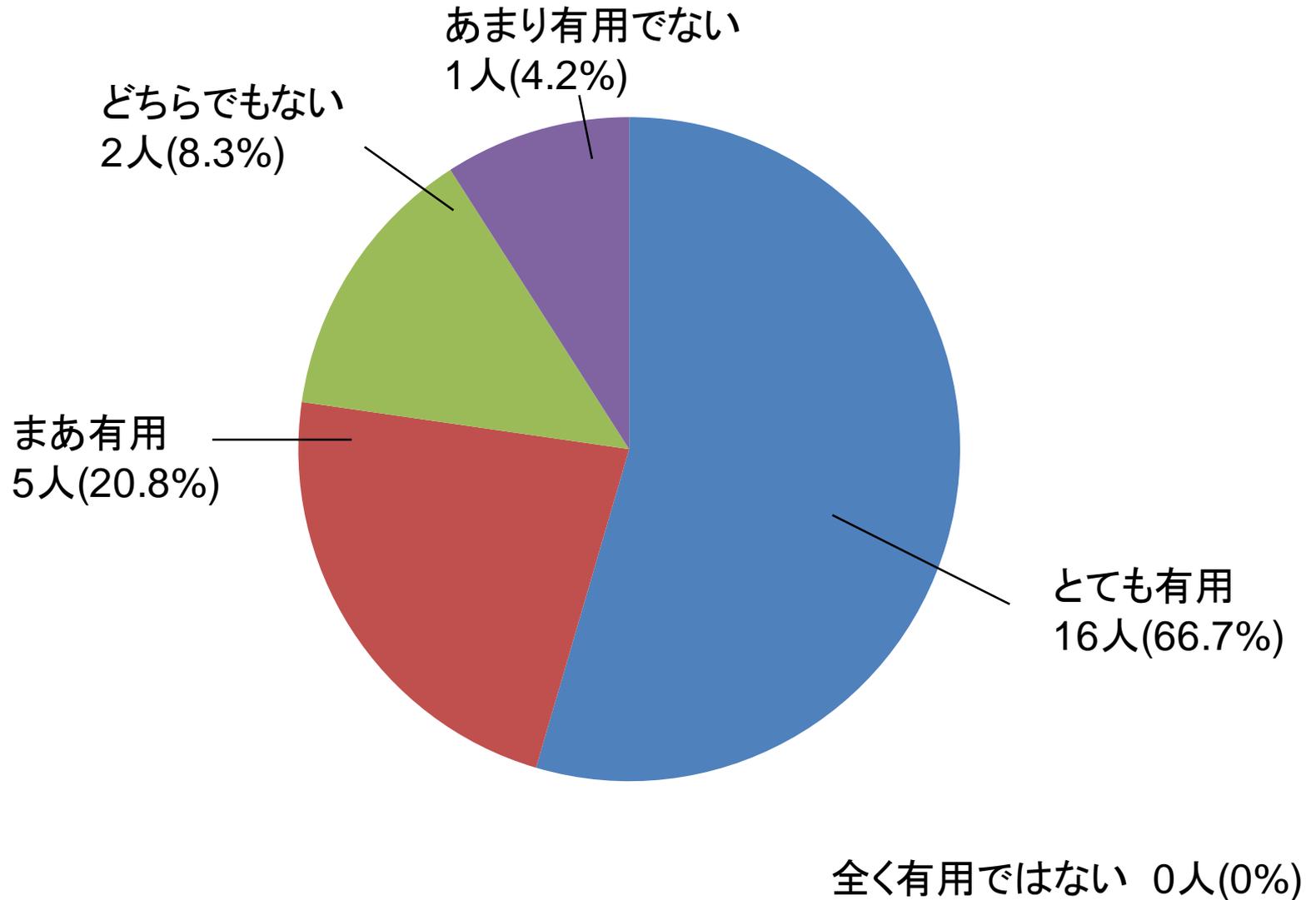
カンバセーションマップは有用、しかし問題もある...

- ファシリテーター役が難しい
- すぐに正解を言わず、じっと聴いているだけ、というのが難しい
- 場所がない
- みんなの前で話すのを嫌がる人もいる。
- 時々参加者同士でもめることも。
- 実際、カンバセーションマップで集団指導を受けた人より、個別指導を受けた人の方が血糖コントロールが改善

スタッフアンケート結果 (24人)

(医師、看護師、薬剤師、栄養士、薬剤部学生、医学部学生、事務職)

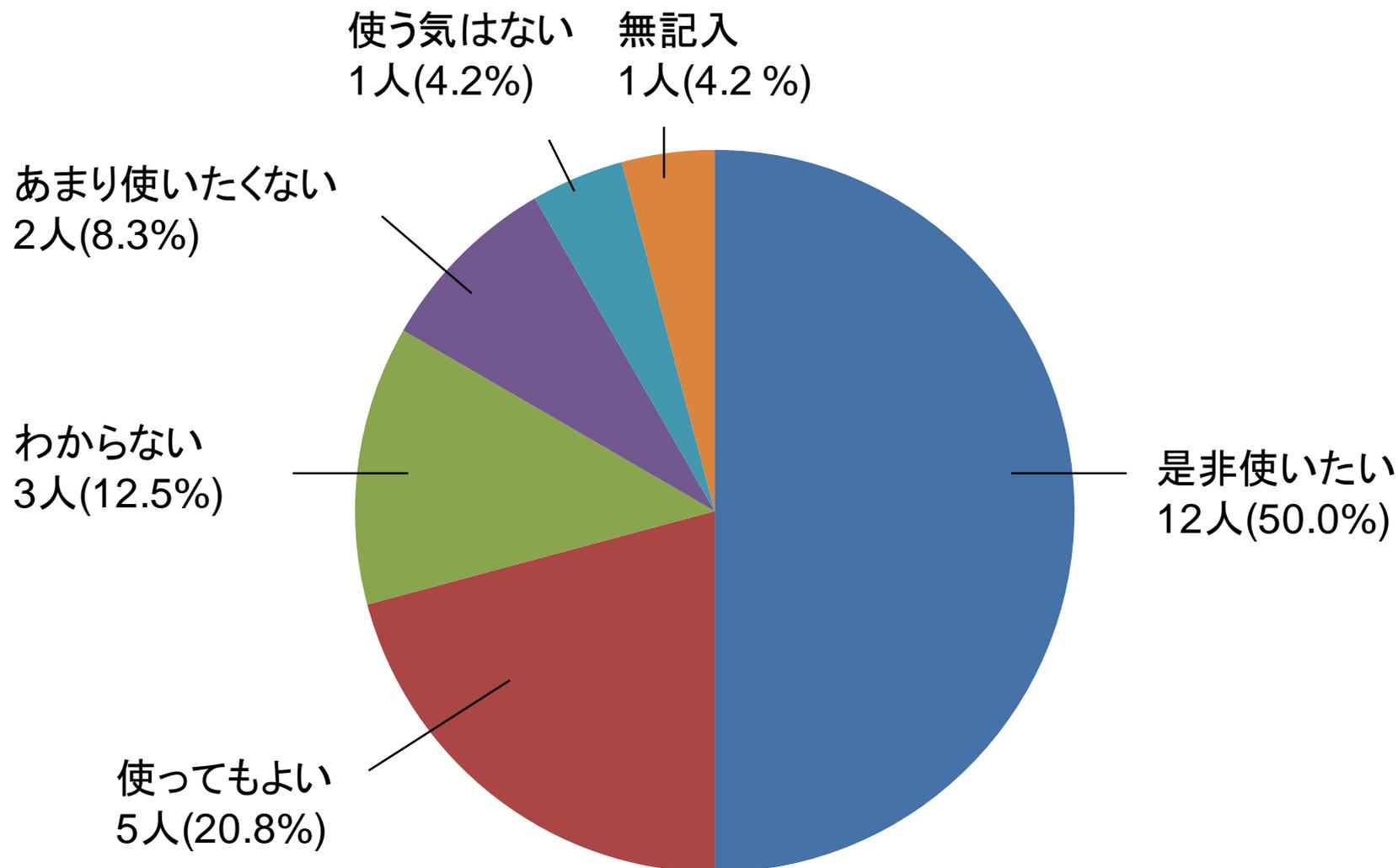
1)カンバセーションマップは患者教育のツールとして有用か？



スタッフアンケート結果 (24人)

(医師、看護師、薬剤師、栄養士、薬剤部学生、医学部学生、事務職)

2) 今後自分が担当する教室で、使ってみたいか？



スタッフアンケート結果（24人）

（医師、看護師、薬剤師、栄養士、薬剤部学生、医学部学生、事務職）

3) 自分が進行役をする場合、気がかりな点は？

スムーズな進行

- 内容にあった進行ができるか不安。
- 患者さん同士で楽しく盛り上げられるか？
時間内に患者さん自身が気づくよう進めていけるか？
- 自ら発言しにくい患者に話してもらう方法。
話し好きの患者の意見に偏らないようにする方法。

自分の力量

- 糖尿病に対しての知識も必要だし、患者さんへの対応も難しそう。
- 多職種がそろわないと活用が難しいように感じた。

スタッフアンケート結果 (24人)

(医師、看護師、薬剤師、栄養士、薬剤部学生、医学部学生、事務職)

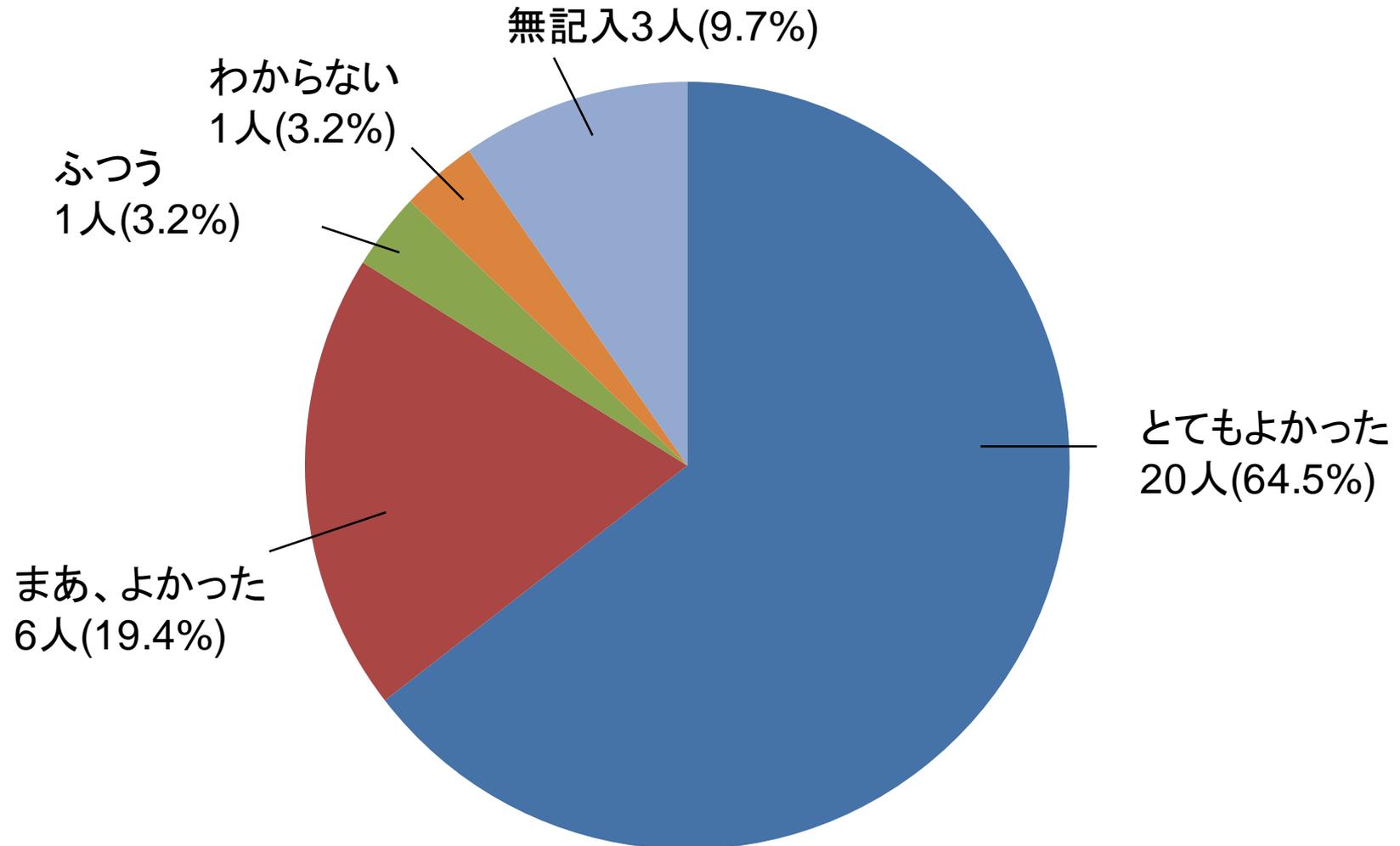
4) カンバセーションマップの感想は？

- このようなツールがあることを始めて知ったので驚きました。患者さんのアドヒアランス向上のために、すべての疾患についてこのようなものがあれば、患者さんにとっても、医療従事者側にとっても便利で良いのにとおもいます。
 - 従来の講義タイプより患者さんが勉強しているという気持ちにならず、座り方も囲みなので、会話をしているような気持で学べて楽しんで受けることができるとおもいました。
-
- よく糖尿病についての病態生理を理解していないと患者さんの質問に返答できないため、勉強しなければいけないと感じた。
 - シャイな日本人だとちょっと....

参加患者アンケート結果

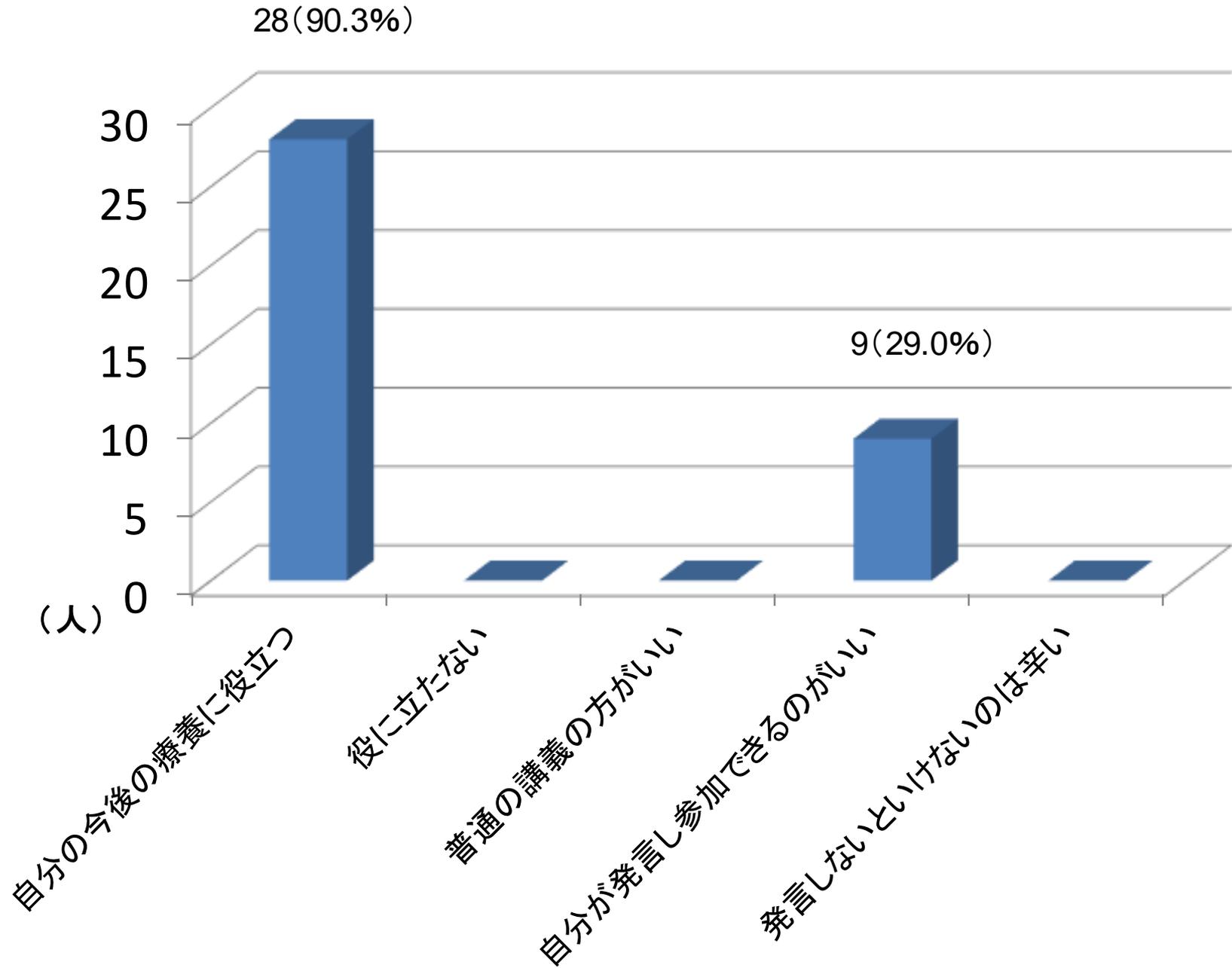
31人：男性16人女性15人、平均年齢63.7歳（38～84歳）

1) 本日の教室は？



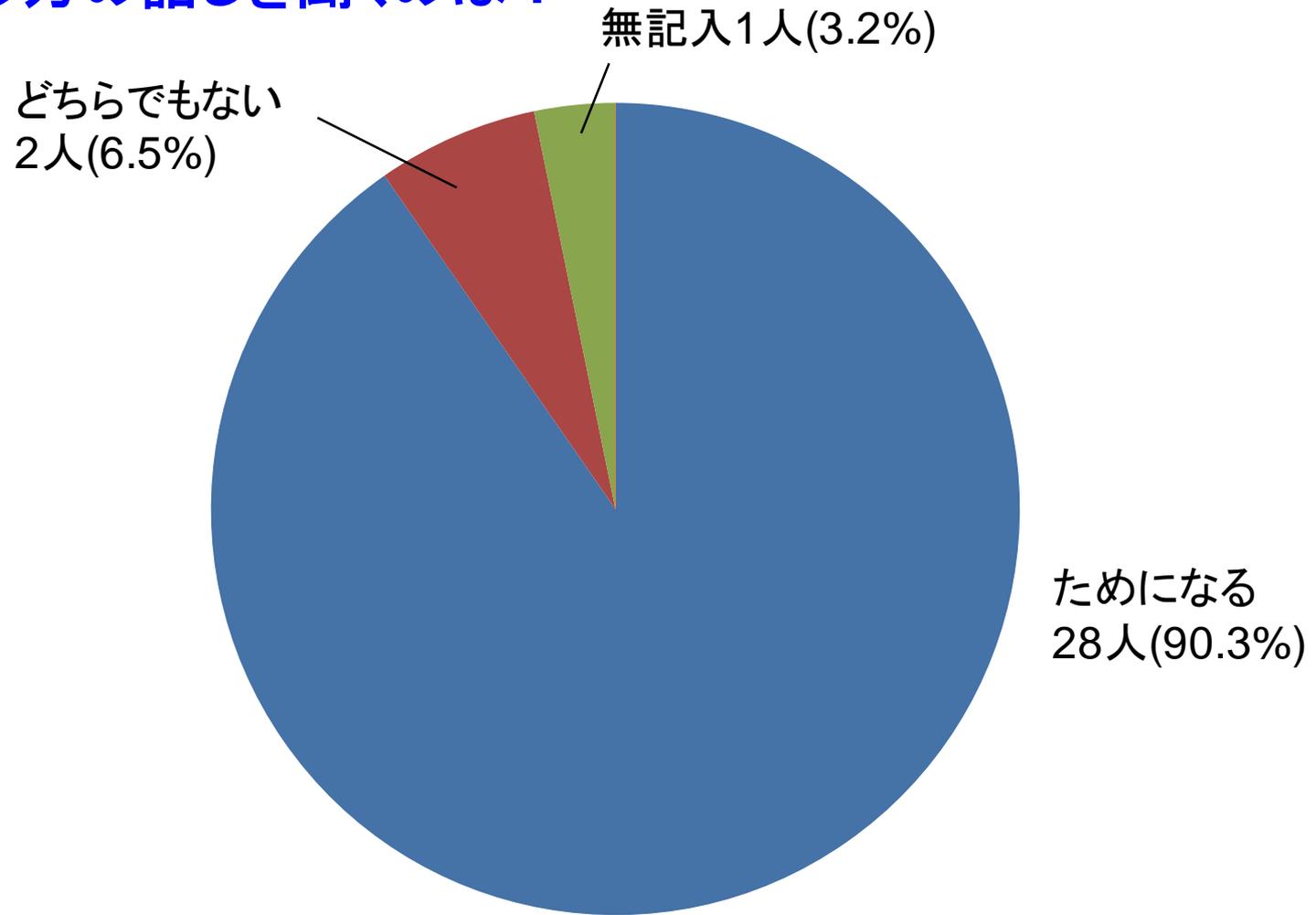
「あまり良くなかった」、「全くよくなかった」の回答者は 0人(0%)

参加患者アンケート結果 (31人) (複数解答可)



参加患者アンケート結果 (31人)

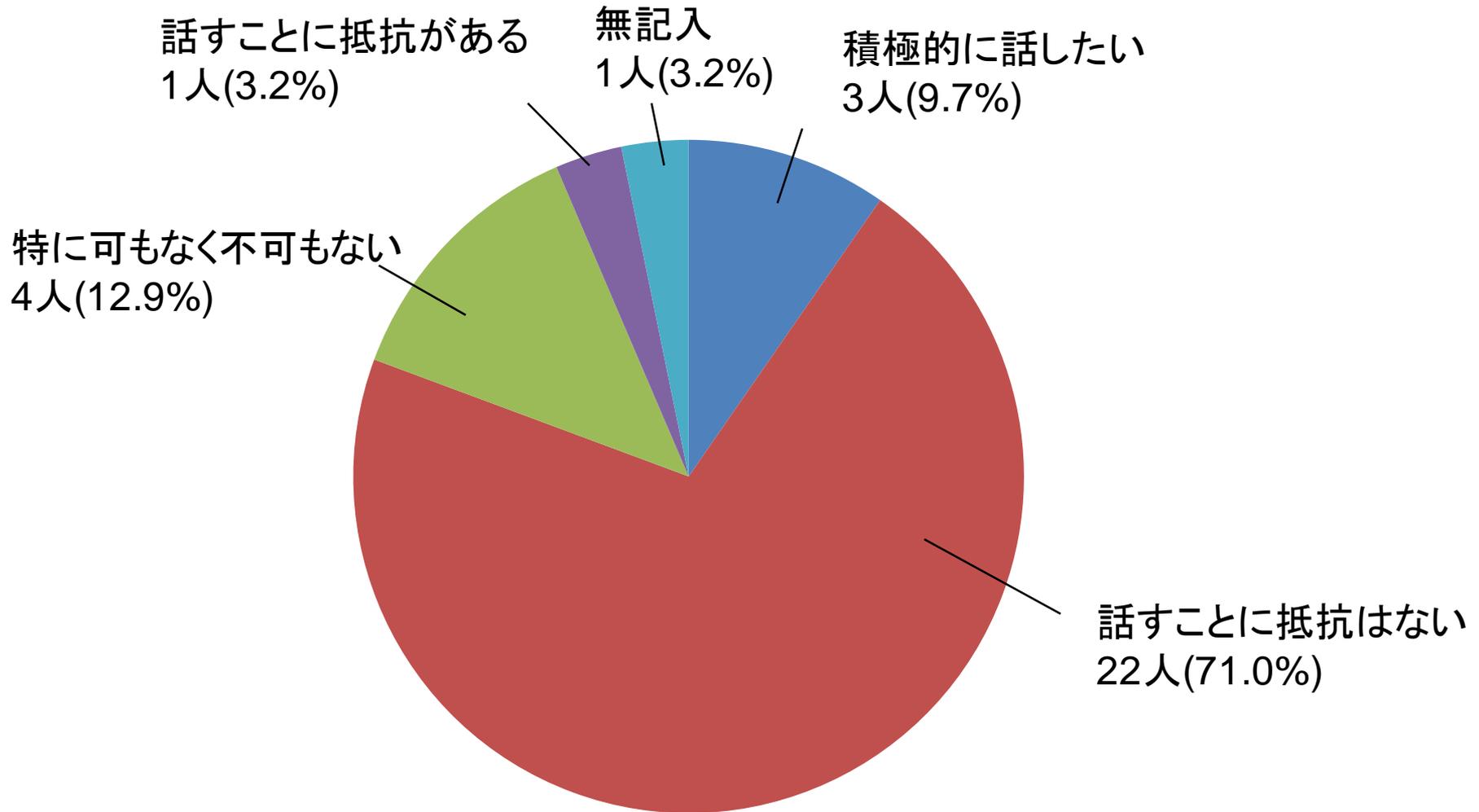
2) 他の方の話しを聞くのは？



「あまりためにならない」の回答者は 0人(0%)

参加患者アンケート結果(31人)

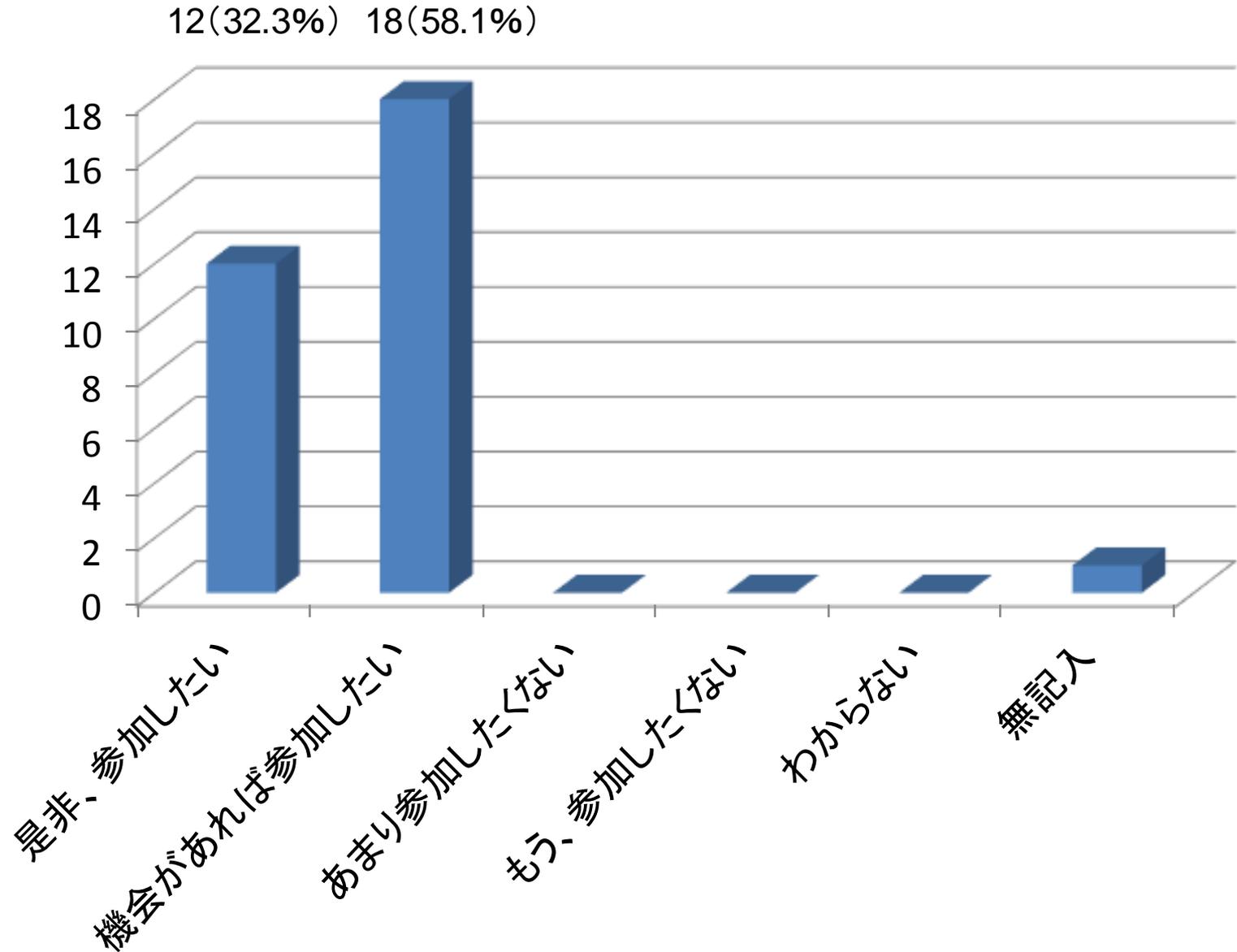
3) 自分のことを話すのは？



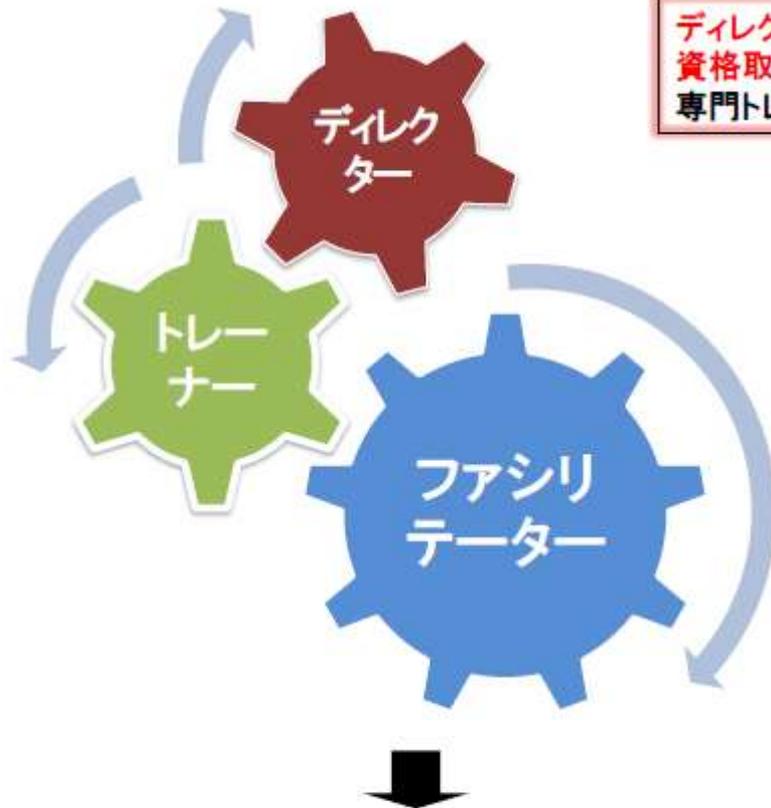
「あまり話したくない」の回答者は 0人(0%)

参加患者アンケート結果 (31人)

4) 今後またこのような教室に参加したいか？



日糖協 糖尿病カンバセーション・マップ 教育制度



ディレクター: 各トレーニングを統括する者
資格取得(5年の更新制): IDF-WPR議長推薦を受け、IDFが実施する専門トレーニングを修了した者で、日糖協理事長が認定した者

トレーナー: トレーニングにおいてディレクターを補佐し、トレーニングの円滑な進行を支援する者
資格取得(5年の更新制): ファシリテーター取得後、日糖協の定めるフォローアップ・トレーニングを修了した者で、日糖協理事長が認定した者

ファシリテーター: カンバセーション・マップを用いて療養指導を行うことができる者
資格取得(更新なし): 日糖協会員のCDEJ、LCDE有資格者で日糖協の実施するイントロダクション・トレーニングを修了した者

医療機関等でマップを用いた療養指導の全国展開

トレーナー資格更新には、イントロダクション・トレーニング支援や報告書提出など所定の要件を満たす必要があります。詳しくは規約を参照ください。

平成26年度カンバセーション・マップ トレーニング

ステップ1

ともに歩む

受講料:5,000円

◆時間・内容:4時間、体験を中心とするイントロダクション

◆対象:日糖協会員の登録医・療養指導医, CDEJ, CDEL

ステップ2

A

6時間(1日)

・どんな病気ですか
・食事・運動
・インスリン療法
・フットケア

(受講料:15,000円)

B1*

3時間

どんな病気
ですか

B2*

3時間

食事・運動

B3*

3時間

インスリン
療法

B4*

3時間

フットケア

C1**

3時間

合併症
(新たなマップ)

ステップ3

* C1は、ステップ1、ステップ2(A、またはBを2つ以上)の
修了者のみ受講可能、

**B,Cともに受講料は5,000円

◆対象: イントロダクションを経験して、より勉強したい方のトレーニングとして開催

◆内容: マップの使用法のみならず、その理念やコミュニケーションスキルについて学ぶ

◆患者さんは思っている以上に人前で話をすることに抵抗がない

⇒むしろ話したい

⇒講義と会話の組み合わせ

◆時間、場所などセッティングも重要

⇒気軽に参加できるように

⇒気軽に発言できるように椅子の配置も大事

◆对患者さんだけではもったいない

⇒スタッフ教育やチーム医療にも生かすべし！

◆いい教育ツールとは？

⇒アウトカムの評価が難しい

ご清聴ありがとうございました