

糖尿病療養指導自験例の記録

受講番号(ID)		氏名	
医療職	理学療法士		

自験例No.	タイトル	減量目的に再入院となった糖尿病患者
--------	------	-------------------

1. 症例 年齢 34 歳 性別 男 女 (入院 外来 その他 ())

指導期間: 2024 年 8 月 31 日 ~ 2024 年 9 月 14 日 現在に至る

※分かる範囲で記入してください。	(5)検査データ	空腹時血糖値	118	mg/dL
2. 療養指導開始時の患者の状態		HbA1c(NGSP)	7.6	%
(1)病型	2型糖尿病	(6)合併症・併発症		
(2)推定罹病期間:約	1 年	網膜症	なし	病期分類 網膜症なし
(3)嗜好品	飲酒: なし 喫煙: あり	腎症	なし	病期分類 第1期
(4)体格	身長: 175.0 cm 体重: 152.1 kg BMI: 49.6 kg/m ²	神経障害	なし	
		動脈硬化症	なし	<input type="checkbox"/> 脳・ <input type="checkbox"/> 冠動脈・ <input type="checkbox"/> 末梢血管
		高血圧	あり	
		脂質異常症	あり	
		歯周病	不明	

※分かる範囲で数値や薬剤名を記入してください。	(3)薬物療法	あり				
3. 療養指導開始時の医師の治療方針	【内服】					
(1)食事療法	糖尿病薬 ※Tは錠・カプセル・袋など全ての単位とする					
指示エネルギー	あり 2000 kcal/日	(<u>リベルサス3mg</u>)(<u>1</u>)T/日 (<u>メトグルコ500</u>)(<u>2</u>)T/日				
塩分制限	あり 6 g/日	(<u> </u>)(<u> </u>)T/日 (<u> </u>)(<u> </u>)T/日				
蛋白制限	なし g/日	(<u> </u>)(<u> </u>)T/日 (<u> </u>)(<u> </u>)T/週				
(2)運動療法	あり	【注射】				
(内容: ストレッチ、レジスタンス運動、有酸素運動)		インスリン	朝	昼	夕	眠前
		(<u> </u> 選択して下さい) (<u> </u>)-(<u> </u>)-(<u> </u>)-(<u> </u>)単位				
		(<u> </u> 選択して下さい) (<u> </u>)-(<u> </u>)-(<u> </u>)-(<u> </u>)単位				
		1日の総投与量 <u> </u> 単位/日				
		※持効型(週1製剤)使用時は、その使用日の総投与単位を記載				
		GLP-1関連薬 (<u> </u> 選択して下さい)				
		薬剤名: <u> </u> 用量: <u> </u> 選択して下さい				
		【備考・自由記入欄】 ※CSIIやスケール対応の場合は、以下に記載				

4. 本症例に行った療養指導

①この症例の療養指導上の問題点(あなたの職種から見て)

1)前回の減量目的入院では9.1kg減量できたが、約1年で17.8kgリバウンドした。BMI49.6kg/m²、血中インスリン値24.8μU/mL、HOMA-IR7.2とインスリン抵抗性が高い状態になっており再入院となった。

2)職業は建設業であり、平日は1日1万歩程度歩行しているが、休日は家でゴロゴロしていて運動習慣がない。

3)仕事で体を動かすから大丈夫と揚げ物を好み、ご飯はどんぶりで2杯食べると話している。

②その問題点への対応(主治医やチームの他職種との連携)

1)前回の入院時は栄養指導とエルゴメーターのみであったが、今回は理学療法士による運動指導・実践を週3日追加して実施した。運動による身体への効果や運動量についてFITTの原則(頻度、強度、運動時間、種類)を用いて説明。減量による基礎代謝量の減少を抑え、筋肉量の低下を防ぐため、レジスタンス運動を積極的に実施した。それ以外にも看護師に午前・午後1回ずつエルゴメーターの声掛けをお願いした。

2)学生の頃にしてきた運動やどんな運動が好きかを聞き、休日にできそうな運動を一緒に考えた。

3)管理栄養士に本人の食事の話を伝え、揚げ物やご飯の適量などを栄養指導で説明するよう依頼した。

③あなたの指導による患者さんの変化

1)InBodyによる体成分分析では、前回入院時9.1kg減量のうち体脂肪量は2.7kgしか落ちていなかったが、今回は体重13.4kg減量、そのうち体脂肪量は9.8kg落とすことができた。除脂肪体重を維持し、基礎代謝量の低下を抑えることができた。

2)運動の必要性・効果について実感することができ、「退院後も教えてもらった運動を続けたい」とジムに通うなど行動変容につながった。

3)「せつかく痩せたから食事も見直してみる」と退院後は揚げ物の頻度を減らし、ご飯茶碗をどんぶりからやや大きめの茶碗に変え適量を計量するようになった。