

■日 時 :平成 29 年 3 月 12 日 (木)

■場 所 :済生会 熊本病院 外来がん治療センター4階 コンベンションホール

午前の部

講演1 「震災とインスリン保管」

演者:吉田 陽 先生 (医療法人社団陣内会 陣内病院 薬剤部 主任)

講演2 「SAP療法とカーボカウント～栄養士と患者として～」

演者:中川 夏美先生 (医療法人野尻会 熊本泌尿器科病院 管理栄養士)

講演3 「1型糖尿病における運動療法の重要性和実践～ランナーとして現場から～」

演者:近藤 龍也先生 (熊本大学大学院 生命科学研究所 代謝内科学 講師)

午後の部

《特別講演》 「黒田式カーボカウントを用いたインスリンポンプ療法」

演者:黒田 暁生 先生

(徳島大学 先端酵素学研究所 糖尿病臨床・研究開発センター准教授)

< 報告 >

《講演①》 吉田先生には、震災時における災害対策（インスリン保管）について薬剤師の視点で講義をしていただきました。陣内病院では地震直後からガレージ診療を始められたとのことで、その経験を通して気づかれた点や、ご自身も1型糖尿病患者として被災された体験を踏まえてインスリンの保管の仕方や1型糖尿病患者様が非常時に備えておくべき必要なものなど具体的に話をさせていただきました。

《講演②》 中川先生には、SAP療法について1型糖尿病患者としてのご自身の体験談など交えて講義をしていただきました。SAP療法とは、パーソナルCGM(持続グルコース測定)機能を搭載したインスリンポンプ療法です。糖質の多い食事をした時、脂質の多い食事をした時、飲み会の時など色々な食事の場面で血糖の推移とそれに対する追加インスリンの打ち方について、栄養士ならではの視点で詳しく話をさせていただきました。また、フルマラソンを完走した経験から、運動時の血糖値の変動や低血糖・高血糖への対策についての話も聞くことができました。いろいろな場面で血糖値の推移を学ぶことができ、大変参考になりました。

《講演③》 近藤先生には、1型糖尿病における運動療法の重要性和実践について講義をしていただきました。先生ご自身もランナーであり、また、大勢のランナーを支える医療ボランティアとしての活動の経験も豊富で、そのとき撮られたたくさんの映像を用いて運動することの楽しさや有用性についても話をさせていただきました。1型糖尿病患者様が運動療法を実践する場合、血糖の変動には個人差があるので、血糖を見ながら日記をつけるなどして試行錯誤しながら進めていくと良いとのことでした。重度の低血糖を起こした時は運動をしない、低血糖対策としてブドウ糖と小銭は絶対所持するなど、運動療法を継続していく上で大切な話もたくさんしていただきました。

《特別講演》 黒田先生には、基礎カーボカウント、応用カーボカウント、それらを用いたインスリンポンプ療法などについて講義をしていただきました。基礎カーボカウントでは黒田先生が確立された糖質量の簡易計算法“黒田式カーボカウント”を教えてくださいました。適切なカロリー設定下では献立にかかわらず副食の糖質量を20gとし、主食は重量の米飯40%、パン50%、ゆで麺20%として計算するとのことでした。難しいと敬遠されがちカーボカウントもこの計算法を用いると大変取り組みやすくなりそうです。3時間を越える講義で盛りだくさんの内容でしたが、楽しいBGMに乗って軽快にお話をさせていただき、時間が過ぎるのが大変早く感じられました。

今回は平成28年度最後の糖尿病療養指導研修会でした。先生方には貴重な体験談を交えてたくさんのご意見をいただきました。1型糖尿病の療養指導をする上で大変参考になりました。吉田先生、中川先生、近藤先生、黒田先生、どうもありがとうございました。。

