

かかりつけ医と協力して行う保健指導と ソルセイブの活用



紀北町 住民課 国保・年金係 東 有加
福祉保健課 地域保健係 五味 正治

糖尿病性腎症重症化予防保健指導【平成30年度】

平成29年度の特定保健指導の結果、

対象	方法	対象者
『腎症3期かつ尿蛋白1+以上』 または 『腎症4期』	① 対象者に通知を送付 ② 保健指導に同意された方のかかりつけ医に保健指導の可否を確認 ③ 保健師が保健指導を行う (1回実施、必要であれば追加指導を行う)	① 13名 ② 4名 ③ 4名

何をどのように、どれくらい、指導したらよい？



限られたマンパワーの中で効果的に取り組むには？

優先度ではなく対象者の判断や希望で保健指導を行う形がいいのか？

そうだ！相談しよう



リーダー専門医

令和元年度の保健指導の目標

1. 限られたマンパワーの中で、誰に何をどのように指導すればよいかわかる

2. 効果的に実施できる

3. 誰もが一定の基準のもとで糖尿病性腎症の保健指導ができるようになる

そのために
どうする？

介入が必要な対象者を明確にする

指導内容を明確にする

✿ 指導しやすくなることで、必要な方に効果的に重症化予防を行うことができる

今年度の
取組

① リーダー専門医に相談・検討

② 保健指導の流れと書類・資料の整備

(1) リーダー専門医への相談

1) 保健指導の対象者の選定

平成30年度 国保特定健診対象者

3,260人

平成30年度
国保特定健診受診者

1,346名

33名



『腎症3期かつ尿蛋白1+以上』(29名) & 『腎症4期』(4名)

医療機関で『糖尿病』と診断されている者

11名

・eGFR・ Δ eGFR 7名
・尿蛋白
・BMI25以上、高血圧の有無

4名

3名

最優先(重点的に指導が必要)4名(赤)、優先(指導の重要度が高い)3名(黄)

2) 保健指導の内容・期間・回数

- 『三泗地区糖尿病性腎症重症化予防プログラム 保健指導マニュアル』を参考に
- 計4回(2か月毎、6か月間)の指導
- 減塩指導



成果

- 優先的に取り組むべき対象者がわかるようになった
- 保健指導として取り組む内容のイメージができた

(2) 効果的な実施に向けて



1) 対象者7名のかかりつけ医を訪問・相談 (2 医療機関)

保健指導の可否を確認

- ・入所、別の病気で加療中の2名を除外
- ・保健指導対象者は5名に

医療機関へのお願い

- ・対象者にかかりつけ医から『保健指導』を紹介・説明
- 【対象者が同意したら】
- ・保健指導参加同意書の記入 (本人)
- ・保健指導指示書の作成 (かかりつけ医)

医療機関から
国保主管課へ郵送



2) 日程・場所を相談



3) 保健指導

訪問

役場

4) かかりつけ医に報告

- ・保健指導の内容、対象者の生活状況や反応等を報告
- ・必要にあわせてかかりつけ医が保健師に助言



成果

保健指導に対する本人の同意が得られやすくなり、スムーズに保健指導が開始できるようになった

(3) 保健指導の明確化と書類・資料の整備

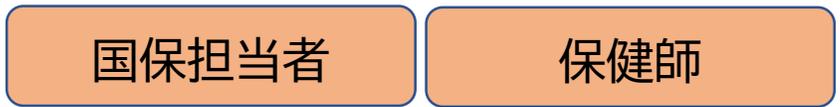


目標

誰もが一定の基準のもとで
糖尿病性腎症の保健指導ができるようになる

成果

1) 保健指導の流れを検討



2) 手順の見える化



3) 必要な書類の準備・作成



- ✿ 誰に何を指導したらよいか、わかるようになった
 - ・ 本人の認識や疾患の理解度に合わせた指導
 - ・ 減塩指導
 - ・ 行動目標の設定・モニタリング

自信をもって保健指導ができるようになった

- ✿ 保健指導の内容が『見える化』でき、共有や相談しやすい体制ができた

一定の基準で保健指導ができる準備が整った

課題 取組を共有し、みんなで意見を出し合い、改善していくことが必要



ソルセイブ®の活用

※ ソルセイブ(食塩含浸濾紙)…塩分味覚閾値検査

- ・ 日本慢性疾患重症化予防学会 (JMAP) の平井愛山先生の講演をきっかけに購入
- ・ 食生活改善推進員の研修会、健康づくり事業や特定保健指導等で使用



減塩の必要性を知ってもらうために

糖尿病性腎症重症化予防の『減塩指導』の際に使用してはどうか？

対象者の塩分の味覚を確認

【初回面談時】

塩味を感じにくいとは？

保健指導を実施した4人のうち、2人が塩味を感じにくいことが分かった (1.2mg/cm² : 1名、1.4mg/cm² : 1名)

結果を踏まえた減塩指導

- ・ 塩分を取りすぎるリスク **高**
- ・ 舌任せの調理 ⇒ 味付けが濃くなる可能性 **高**

健常者のソルセイブ閾値
0.5~0.6mg/cm²

食品、調味料に含まれる
塩分を知り、計量を!