



# 鶴舞マイハート便り

発行元：千葉県循環器病センター 〒290-0512 千葉県市原市鶴舞575 TEL. 0436(88)3111(代表) FAX. 0436(88)3032  
URL <http://www.pref.chiba.lg.jp/junkan>

## 循環器病センター5つの運営指標

- 良質で模範的な医療の提供を目指します。
- 温かさ・思いやりの心で県民の皆様がいつでも安心して受診できる施設を目指します。
- 常に高度で先進的な医療を提供するため、職員一人ひとりが技術研鑽に努めます。
- 近隣の病院・診療所と密接な連携をはかり、地域全体の医療の向上を目指します。
- 透明性の有る医療を目指し、インフォームドコンセント（十分な説明・同意）に努めます。

糖

尿

病

対

策

今回のテーマは糖尿病です！

知名度の高い病気のひとつですが、自覚症状がとっても出にくい病気です。  
もしかしたら糖尿病かもしれない…と思っている方もいるのではないのでしょうか。  
そんな方はセルフチェックをしてみましょう！

- 家族や親せきに糖尿病の人がいる
- 脂っこいものを好んで食べる
- 甘いものが大好き
- 食事の時間が不規則だ
- お酒をよくのむ
- 太り気味である
- 野菜や海藻類をあまり食べない
- 運動不足だ
- ストレスを感じることが多い

チェックが5個以上ついた方は糖尿病予備軍の可能性ありです！

ご自分の生活習慣を見直してみましょう。

不安な方は地域の医療機関に相談し紹介状をいただいたうえで下記までご連絡ください！

千葉県循環器病センター 地域医療連携室  
TEL 0436-88-3111 (代表)

当院では糖尿病をお持ちの方に対して  
糖尿病療養指導チームがサポートしています！  
今回はチームの方にお話を聞きました！

★他職種との連携はどのように行っていますか★

月2回のミーティングでチームの運営を考えたり、患者さんの情報共有を行っています。

★現在何名体制で行っていますか★

医師 4名  
看護師 16名  
管理栄養士 2名  
薬剤師 2名  
検査技師 2名  
理学療法士 1名  
事務 1名 合計28名です。

〔日本糖尿病療養指導士 9名〕  
〔糖尿病看護認定看護師 1名〕



★活動内容について具体的に何を行っているのか教えてください★

1) 糖尿病教室（毎週木曜日13時30分から）

看護師、医師が患者さんへ検査結果の見方を教え、意義を伝えます。  
薬剤師からは薬の正しい服用方法を教えたりします。  
（4回で1クールとしています）

2) インシュリン自己注射・血糖自己測定指導（必要に応じ随時）

自宅に帰ってから患者さん自身が正しい方法で注射や測定ができるように指導します。  
インシュリンの必要性、血糖値の意味合いを患者さんに直接伝えます。

3) 糖尿病透析予防指導（必要に応じ随時）

糖尿病の合併症として腎臓病があり、その治療には透析が挙げられます。  
透析はお金もかかり、時間も縛られることになるため患者さんが少しでも有意義に自分の時間を過ごせるように減塩指導などを行っています。

4) フットケア外来（必要に応じ随時）

糖尿病になると細い血管がもろくなり、神経障害になり手足の感覚がなくなることがあります。  
患者さん自身が気づかないことが多いため、会話をしながら症状の有無について確認していきます。

上記の4つをまとめて行う場合に教育入院があります（10日間）  
一通りプログラムに基づいて指導・管理を行い、糖尿病について理解してもらうことが目的です。  
ご希望の方がいましたら一度当センターにご相談ください！



★それぞれの専門職として、チーム内での役割を教えてください★

明確に特定された役割は特にありません。それぞれが個々の専門分野の中で治療を行います。

全員が共通して見られるレポートやカルテを見て症状が一人一人違う患者さんに対して適切に治療が行えるようにしています。

様々な症状が生じる糖尿病だからこそ、毎回全員同じことを繰り返すわけではありません。

患者さんとコミュニケーションをとって適切に指導できるようにメンバー全員が意識しています。

★患者さんにぜひ行ってほしいこと、糖尿病に対して患者さん本人ができること★

規則正しい生活・節度のある生活を心がけることです。

糖尿病の治療は、決して途中でやめることなく継続することが何よりも大切なことです。生活習慣を変えることは考えている以上に簡単ではないことを頭に置いていただきたいです。

自宅に戻ってどれだけ自身の気持ちを高めて、病院で学んだことを実行・継続できるかで病状は変わっていきます。

糖尿病がどういうものなのか、どうすれば重症化を防げるかを説明しても本人の病気への意識が低いと理解できるものもできなくなるので、みなさんに意識していただきたいです。

★患者さんに接するとき心がけていること★

患者さんがどれだけ自身の病気を認めることができるのか判断すること、患者さん自身の理解力を理解することです。

様々な人がいるため、マニュアル化した対応ではなく、一人ひとりに合わせた接し方で対応することを大切にしています。

糖尿病療養指導チーム会議の様子



全員で患者さんの情報を共有します



フットケアについて実物を使用して説明します

## ボランティア募集中！！

千葉県循環器病センターではボランティアさんを募集しています。

- ★特別な資格や経験は必要ありません。
- ★環境整備、受付、病棟などいろいろな場面で活躍していただけます。
- ★ボランティアさんの無理のない範囲での活動をお願いしています。

興味のある方は下記までご連絡ください

＜申し込み・お問い合わせ＞

循環器病センターボランティア実行委員会事務局

TEL:0436-88-3111（代）

FAX:0436-88-3032

活動内容等、詳しく知りたい場合はホームページをご覧くださいか、ボランティア実行委員会事務局までお問い合わせください！



## 患者さんへのお願い

かかりつけ医を持ちましょう！

【かかりつけ医とは】

- ・風邪などの日常的な病気等を気軽に診てもらえる身近にある診療所の医師のことです！
- ・当院を受診する際は、かかりつけ医からの紹介状をお持ちください
- ・紹介状をお持ちいただくと、次のようなメリットがあります！

1. 紹介状には、かかりつけ医によるこれまでの治療経過も含まれますのでスムーズに当院での診療計画を立てることができます。
2. 同じ検査を省略できる場合があり、患者さんのご負担が軽減されます。
3. 紹介状なしで200床以上の病院を受診すると、自己の選択に係るものとして初診時に病院が定める料金（810円）をご負担していただいておりますが、この費用がかかりません。
4. 紹介状をお持ちの方で、事前に診察予約をされた場合、待ち時間が短くなる場合があります。

## ギャラリー二つ返事

- 1月 市原市立鶴舞小学校  
『絵画』
- 2月 南総公民館陶芸サークル「双炎」  
『陶芸』
- 3月 家庭倫理の会  
『絵手紙』

2階ギャラリーに  
ぜひお立ち寄りください♪

