

# 診療所における 2型糖尿病患者への栄養指導の効果

高木 千抄子 1)

竹本 明美 1)

竹市 仁美 1)

牧野 浩代 1)

八幡 美保 2)

長尾 和宏 1)

医療法人 裕和会 長尾クリニック 1)

神戸学院大学 薬学部 2)

# 概要



1. 生活習慣病と癌の早期発見
2. リハビリテーション
3. 在宅医療

医療法人社団 裕和会 長尾クリニック

 Nagao clinic

# 目 的

- 糖尿病患者さんの病態改善のためには、服薬や生活習慣の改善が必要である。しかし、治療を中断したり継続できずに悪化する場合が多くある。
- 栄養指導の有用性の観点から、HbA1cと指導回数、BMI、飲酒、喫煙、性別、年代との関係を検討した。



# 対象および方法

平成20年～22年に栄養指導を行った2型糖尿病の患者さんで、インスリン使用、境界型、肝機能異常者を除いた49名のうち、半年間に

薬剤変更なし(食事療法のみも含む)群 29名

(男性9名、女性20名 平均年齢64.9±11.6歳)

薬剤変更あり群 20名

(男性16名、女性4名 平均年齢58.9±12.7歳)

について栄養指導回数、BMI、飲酒、喫煙、性別、年代が、HbA1cの改善に有効であるかを調べた。

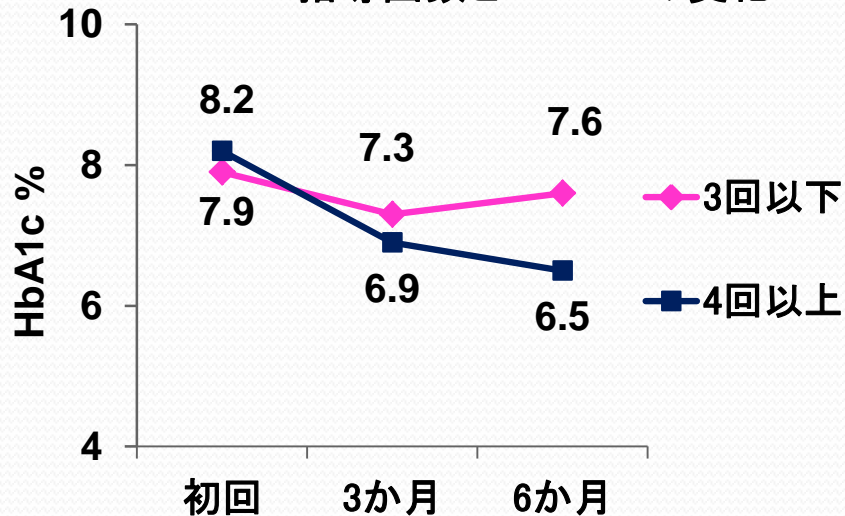


# 指導回数とHbA1cとの関係

	指導回数(回)	
	薬剤変更あり	薬剤変更なし
男性	3.8±4.1	4.3±1.7
女性	4.8±2.6	4.3±1.7
平均	4.3±2.3	4.3±1.7

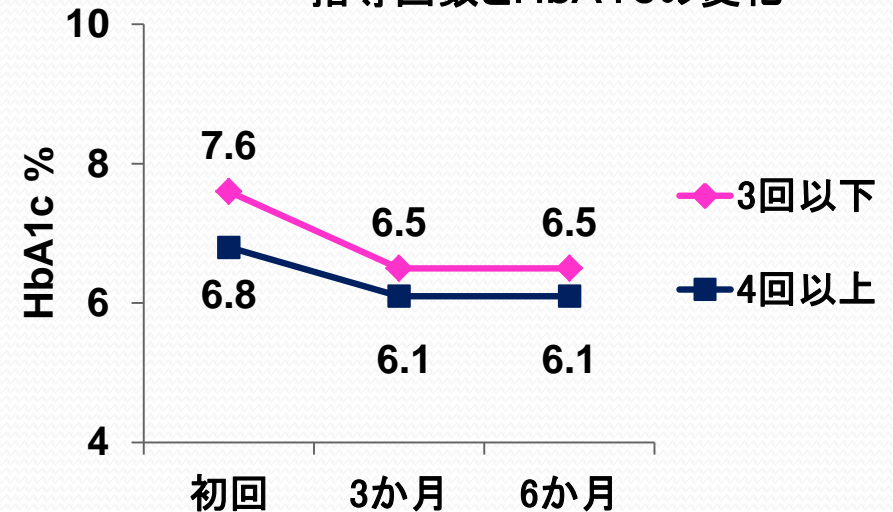
薬剤変更あり群 (n = 20)

指導回数とHbA1cの変化



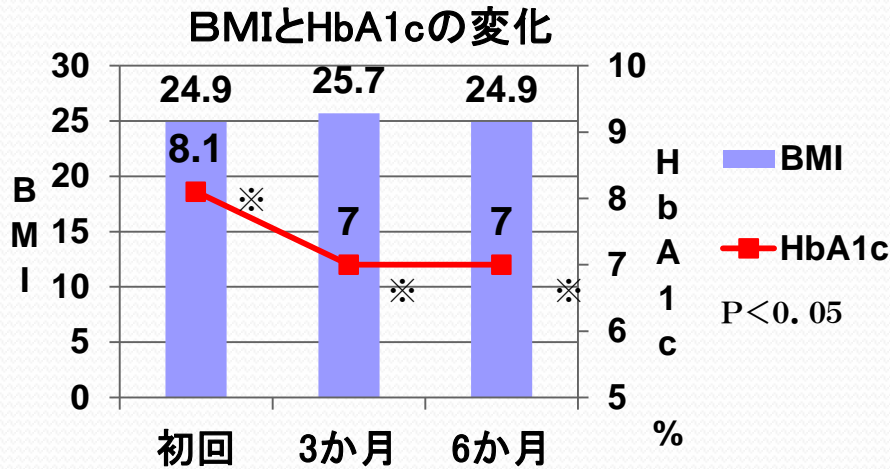
薬剤変更なし群 (n = 29)

指導回数とHbA1cの変化

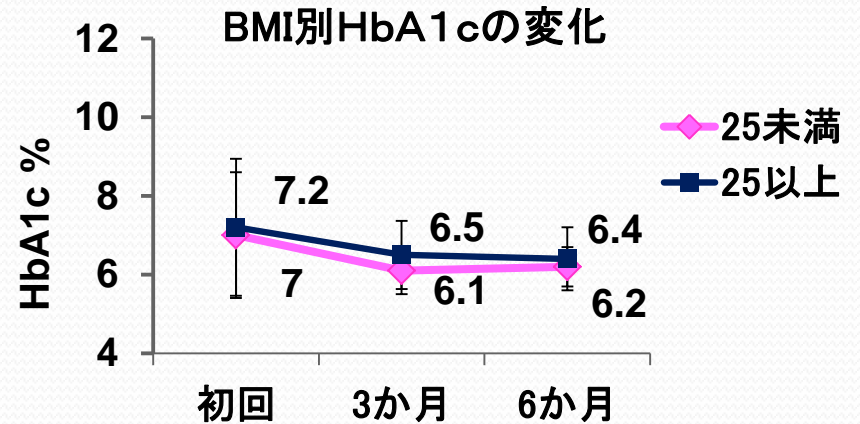
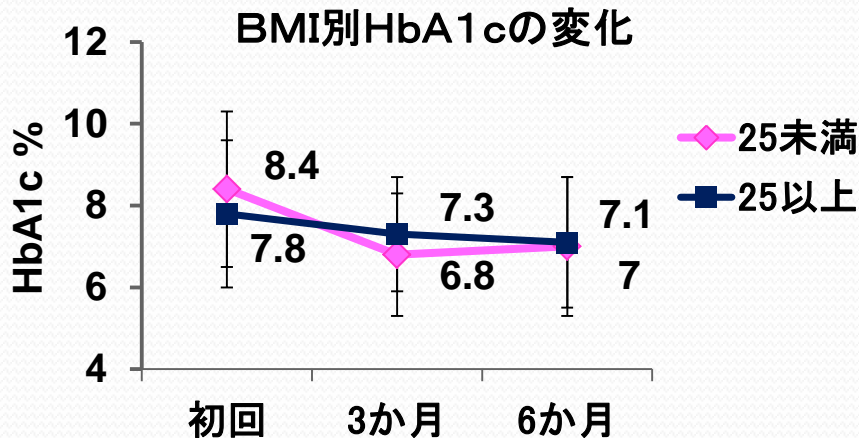
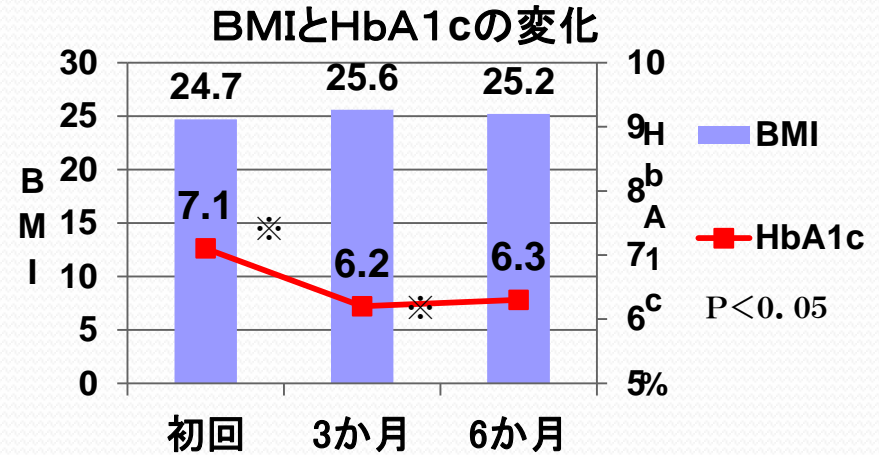


# BMIとHbA1cとの関係

薬剤変更あり群 (n=20)

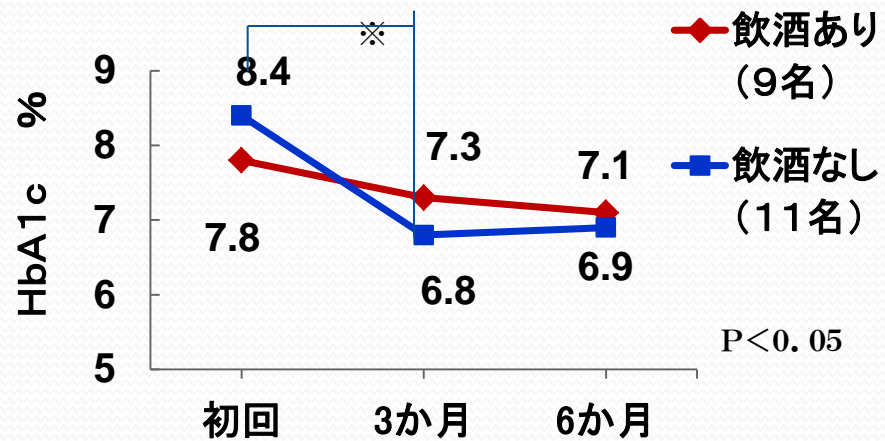


薬剤変更なし群 (n=29)

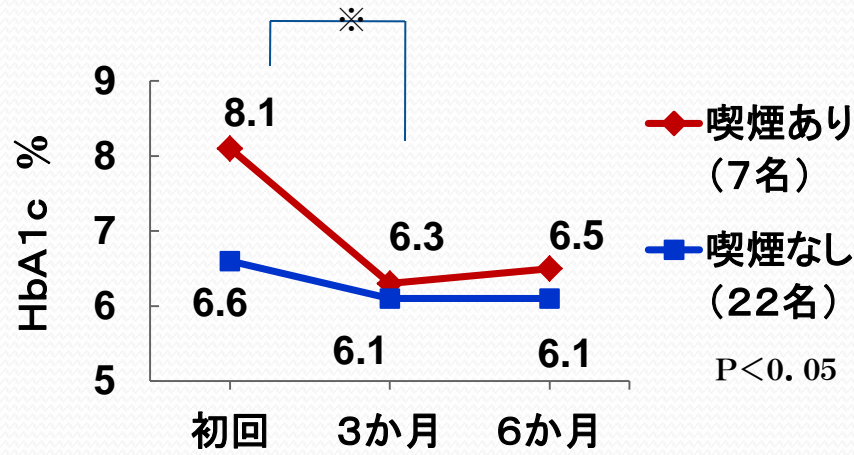
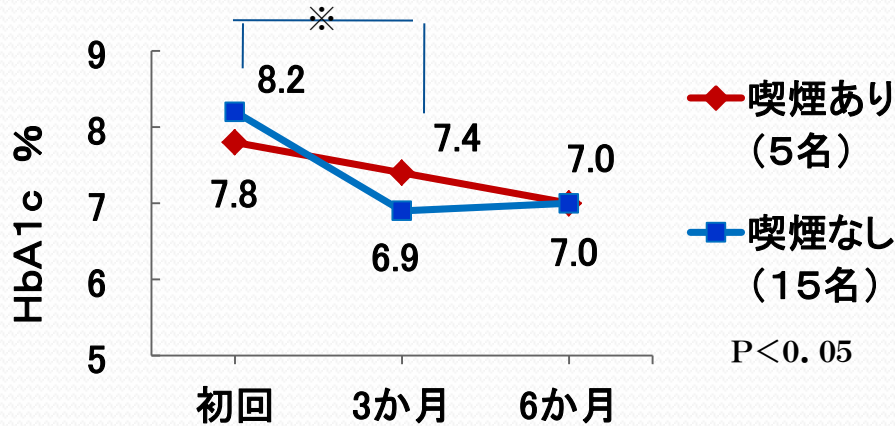
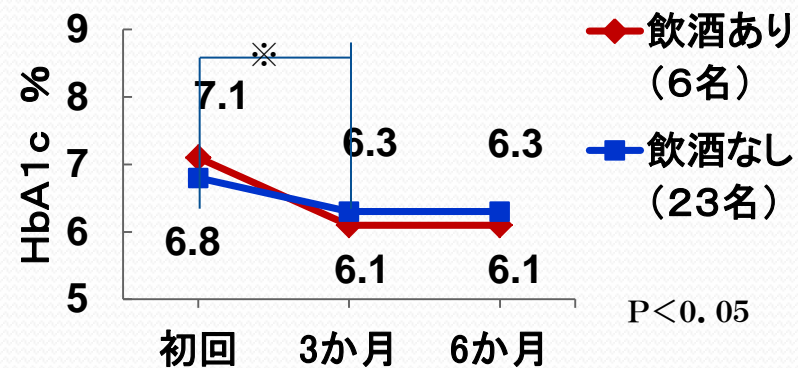


# 飲酒・喫煙とHbA1cとの関係

薬剤変更あり群 (n=20)



薬剤変更なし群 (n=29)



# 結果 食事療法のための患者さんについて

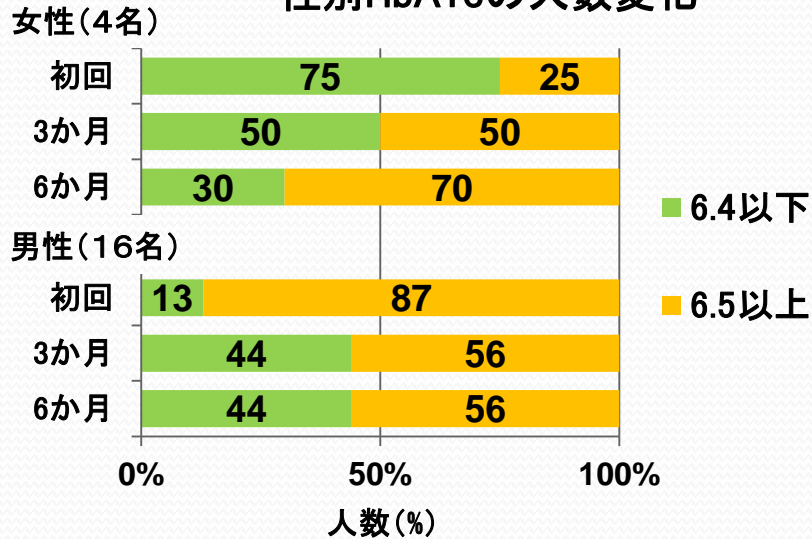
	人数(名)	飲酒(%)	喫煙(%)	指導回数(回)
食事治療のみ	10	20	0	4.5±1.6
薬剤使用	39	33	31	4.3±2.0

	HbA1c (%)			※ P<0.05
	初回	3か月後	6か月後	
食事治療のみ	6.1±0.7※	6.0±0.7※	6.1±0.5	
薬剤使用	7.9±1.9	6.7±1.1	6.7±1.3	

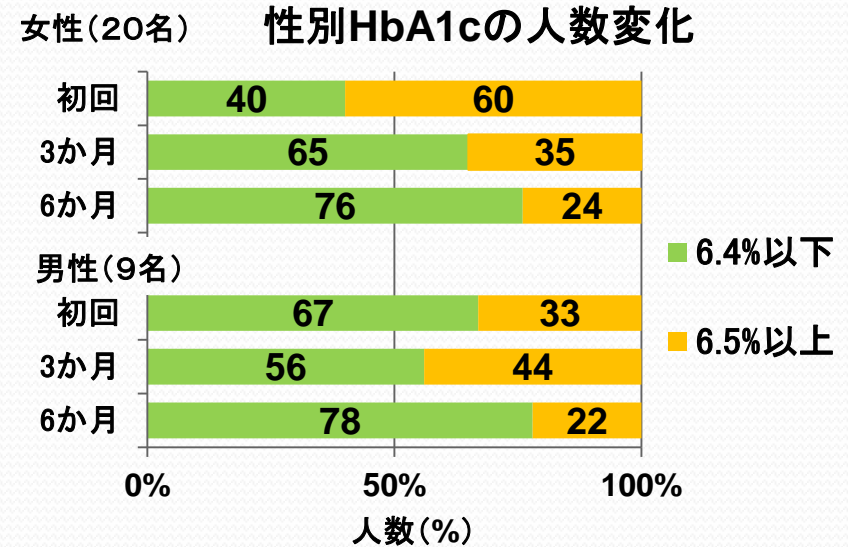
	BMI		
	初回	3か月後	6か月後
食事治療のみ	24.6±5.2	26.4±7.2	26.2±7.9
薬剤使用	24.8±4.1	25.5±4.1	24.8±4.9

# 性別とHbA1cとの関係

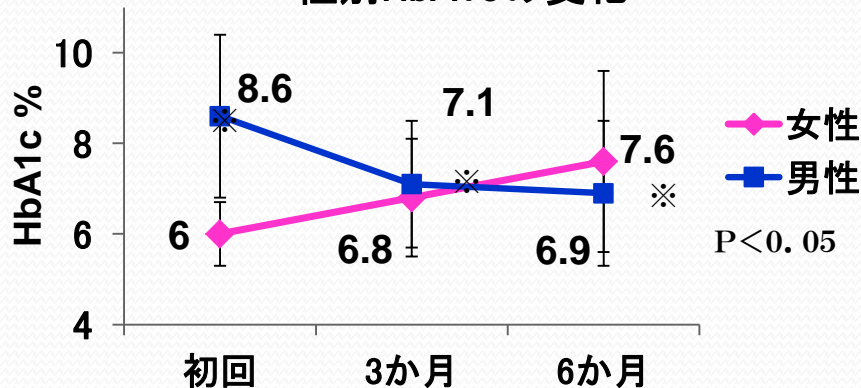
薬剤変更あり群 (n=20)  
性別HbA1cの人数変化



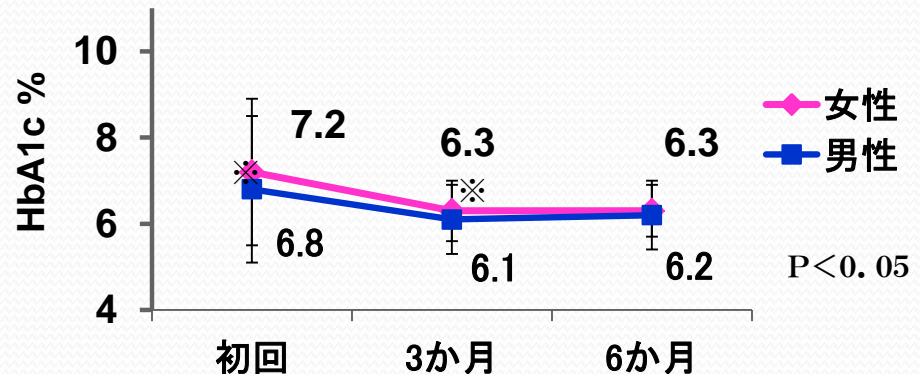
薬剤変更なし群 (n=29)  
性別HbA1cの人数変化



性別HbA1cの変化

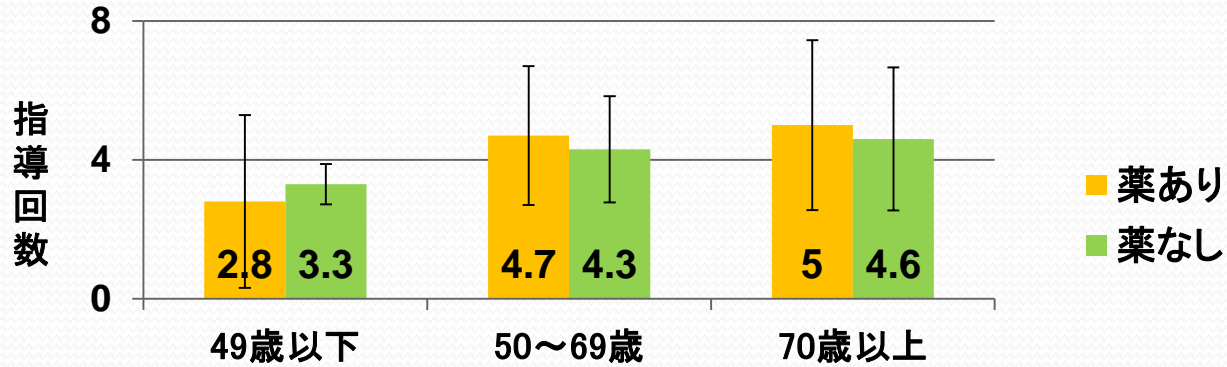


性別HbA1cの変化

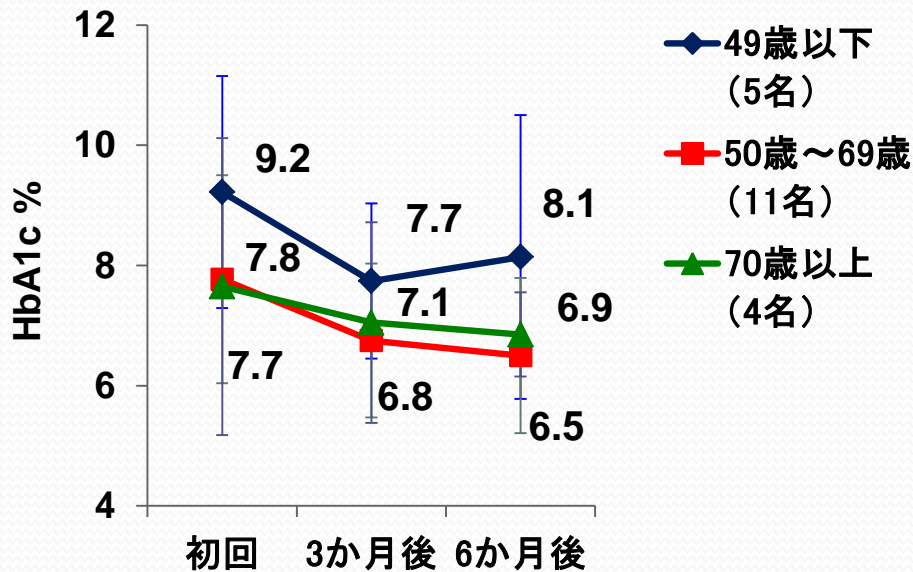


# 年代別HbA1cの変化

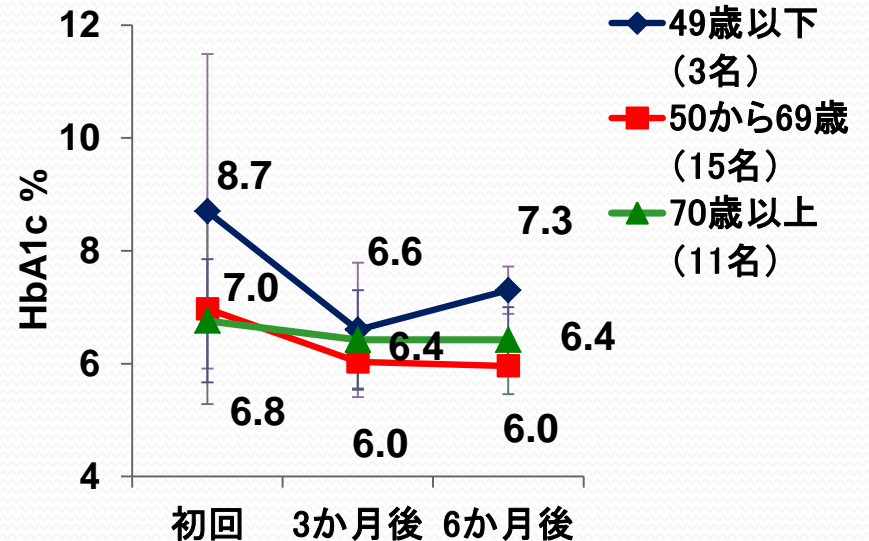
## 年代別 指導回数



## 薬剤変更あり群 (n=20)



## 薬剤変更なし群 (n=29)



# ま と め

- ①栄養指導は6か月で平均4.3回実施していた。
- ②薬剤変更なし群では、BMIが25未満のほうがHbA1cは、低値になった。
- ③薬剤があるなしに関わらず、飲酒も喫煙もない方が、3か月後に、HbA1cは有意に低下した。
- ④薬剤変更群は、薬に頼るためか飲酒、喫煙習慣を改善出来ない者が多かった。
- ⑤男女ともに3か月後にはHbA1cは低下していたが、女性は3ヶ月後にHbA1cが有意に下がった。
- ⑥すべての年代で3か月後にはHbA1cは低下した。
- ⑦49歳以下は、指導回数が少なかった。



# 結 語

- ・薬剤変更なし群の患者さんは、薬が増えたりインスリン療法になりたくないとの思いから飲酒、喫煙を控え努力していることが伺われた。
- ・薬剤があるなしに関わらず飲酒・喫煙をしない方が血糖コントロールが良くなることが示唆された。
- ・開業医のもとで、地域の栄養士が食事療法を含めた生活習慣へ介入することが糖尿病の長期管理に有用であることが確認されました。
- ・良好な血糖コントロールにするために、3か月以降もモチベーションを上げられるよう、今後も指導内容を工夫していきたいと考える。

