

DM Topics

for Nursing

特集

「心不全パンプデミック」を回避するために

超高齢化社会に突入しようとしている今、心不全の発症が増えており、いわゆる「心不全パンプデミック」が懸念されています。今回は、糖尿病患者さんの心不全予防を考えます。

監修

関東労災病院
糖尿病・内分泌内科 部長
浜野 久美子 先生



国立循環器研究センターの発表で、心不全による入院患者数は2012年の約21万人から、2016年には約26万人と、毎年およそ1万人ずつ増加している実態が明らかになりました。心不全が増加している理由は、心不全の原因になる心筋梗塞や狭心症などの心臓病が増えていること、そして、心臓病の大きなリスク因子となる糖尿病患者が増えているからです。

学会(AHA)とアメリカ心臓協会(AHA)は、2019年に啓発キャンペーンを実施しています。また日本でも、2020年3月に、日本糖尿病学会と日本循環器学会が合同で「糖代謝異常者における循環器病の診断・予防・治療に関するコンセンサスステートメント」を発表しました。

生活習慣では、運動療法が心不全の一次予防にも二次予防にも有効です。一次予防では、ウォーキングなどの有酸素運動を週3回以上、筋肉に負荷をかけるレジスタンス運動を週に2〜3回行うことが勧められています。

日々の看護では、糖尿病患者さんには心不全のリスクが高いことを念頭に、息切れや動悸、倦怠感、下肢浮腫、夜間の頻尿や夜間発作性呼吸困難、起坐呼吸といった症状がないかを聞き取りましょう。心不全患者さんは症状を避けるために活動や運動を自然と避けることが多いことにも注目です。心不全という突然の発症のように思う患者さんが多いですが、年齢のせいと思っている息切れやむくみといった症状が慢性心不全の徴候かもしれません。

血糖管理は心不全予防の点でも重要ですが、低血糖は心血管に悪影響を与える可能性があります。また、糖尿病の治療薬であるチアゾリジンやビグアナイドは心不全のある患者では禁忌となることに注意が必要です。一方、SGLT2阻害薬では最近の大規模臨床試験の成績から心不全予防の有用性が認められています。

起こすのがこの病気の特徴です。このように、糖尿病と心不全は密接に関連しているため、糖尿病患者さんの心不全予防は、糖尿病治療と心不全治療の両側面から考える必要があります。アメリカ糖尿病

学会(AHA)とアメリカ心臓協会(AHA)は、2019年に啓発キャンペーンを実施しています。また日本でも、2020年3月に、日本糖尿病学会と日本循環器学会が合同で「糖代謝異常者における循環器病の診断・予防・治療に関するコンセンサスステートメント」を発表しました。

生活習慣では、運動療法が心不全の一次予防にも二次予防にも有効です。一次予防では、ウォーキングなどの有酸素運動を週3回以上、筋肉に負荷をかけるレジスタンス運動を週に2〜3回行うことが勧められています。

また、患者さん本人も症状に気づいていない場合もあり、糖尿病患者さんには年に1回のBNPまたはNT-proBNP検査が推奨されます。

高齢化社会において心不全パンプデミックを回避するために、心不全と糖尿病の両側面から、医師、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士の多職種によるチーム医療が求められています。



ニュース まとめ読み

最近注目のニュースをご紹介します。

詳細はこちら

糖尿病リソースガイド
<http://dm-rg.net/>



インスリンは専用の注射器で (PMDA医療安全情報)

DM RG

PMDA(医薬品医療機器総合機構)が、医薬品ヒヤリ・ハット事例の調査結果を発表。インスリンバイアル注射の際、「単位」と「mL」の誤認によるインスリン投与量を誤る事例が繰り返し発生しているといえます。こうしたミスを防ぐために、「単位」または「UNITS」の表示があるインスリン専用の注射器を必ず使用するよう呼びかけています。また、インスリン注射器は種類によって1本あたりの単位が異なるため、採用する注射器の統一などを検討するよう促しています。

内視鏡で肥満症を治療する 「内視鏡的スリーブ状胃形成術」

DM RG

東京慈恵会医科大学は、肥満症の新たな治療法として「内視鏡的スリーブ状胃形成術」を成功させたと発表しました。この手術は、口から挿入した内視鏡で胃の一部を内側から縫い合わせて容積を減少させるもので、身体の表面に傷を作らず、外科的な胃の部分切除手術と同等の高い治療効果が得られるとしています。

「フォシーガ®」、慢性心不全に対する 効能・効果の追加承認

DM RG

アストラゼネカ(株)と小野薬品工業(株)は、SGLT2阻害薬「フォシーガ®(ダバグリフロジンプロピレングリコール水和物)」について、標準治療を受けている慢性心不全を適応症とする追加承認を取得したと発表。慢性心不全に対して承認された日本初のSGLT2阻害薬となりました。さらに、慢性腎臓病治療薬としての効能・効果を追加承認申請中です。

糖尿病・肥満症外来で、血糖のクラウド 管理システムを用いた遠隔診療を開始

DM RG

慶應義塾大学病院は、中部電力(株)の技術を活用し、在宅での血圧、体重、血糖値、インスリン使用量などのデータを医師が確認できる遠隔システムを、糖尿病・肥満症外来で導入しました。このシステムはすでに産科外来で導入されており、ビデオ通話による診察や、検査結果・処方箋控えデータなどの送信も可能です。

4コマ劇場

糖尿病看護の“あるある”体験談

実際の体験談を
4コマ漫画化!

第6回「運動嫌いな患者さん」

大阪府 30代 せりかさん(看護師歴17年)

50代男性で肥満の2型糖尿病患者さん。「膝が痛い」「昨日眠れなかった」などと言訳が多く、運動療法の指導がなかなか進みません。きっかけになるような言葉がかけられず、私の言葉は急がしているだけのようにも感じてしまいます。

Nurse's advice

木下Ns.の一言アドバイス

肥満体形の患者さん。カフェでゆっくりしているのなら動いてほしいと、医療者なら誰もが思うことでしょう。ただ、「言い訳」と本人は思っていないのでしょうし、「膝が痛い」のも本意なのでしょう。これでは言葉かけだけでは難しいかもしれません。内服や検査と同様に治療として運動が必要なることははっきりと伝え、少し時間をとって本人から「やれることは何か」を引き出してみるのはいかがでしょうか。疼痛があってもできることを具体的に提案するのもいいかもしれません。

木下 久美子 先生(関東労災病院 糖尿病看護認定看護師)

詳細はこちら▼

体験談募集中!

皆さんの「元気になる」「ほっとする」エピソードをお待ちしております。採用された方にはプレゼントも!



教えて、MRさん!

血糖測定時の採血Q&A

Q1 血糖測定の際に「必ず流水でよく手を洗いましょう」と書いているのはなぜ?

果物などを扱った手から採血を行うと、付着した果糖などに反応し偽高値を示す事例が報告されたためです。アルコール消毒だけでは不十分なため必ず流水で手を洗うようPMDAから医療安全情報が出されています。

Q2 指先以外からも採血はできるの?

血糖測定のための微量採血では痛みの低減を目的として、小指球部、母指球部(手のひら)、耳朶(耳たぶ)などからの採血も可能です。ただし、耳朶から採血を行う際は決して裏から指で支えず、耳朶を引っ張る方法や、耳朶をV字に折り曲げ穿刺する方法が推奨されています。針が耳朶を貫通すると針刺し事故につながり、血液を介した感染の恐れがあるとPMDAが警告しています。

(株)三和化学研究所の採血用穿刺器具

採血用穿刺器具

ジエントレット

一般医療機器
届出番号:13B1X1014400001
製造販売元:PHC株式会社



単回使用自動ランセット

アイビットミニ

管理医療機器
認証番号:229AFBZX00044000
製造販売元:株式会社 旭ポリスライダ

