

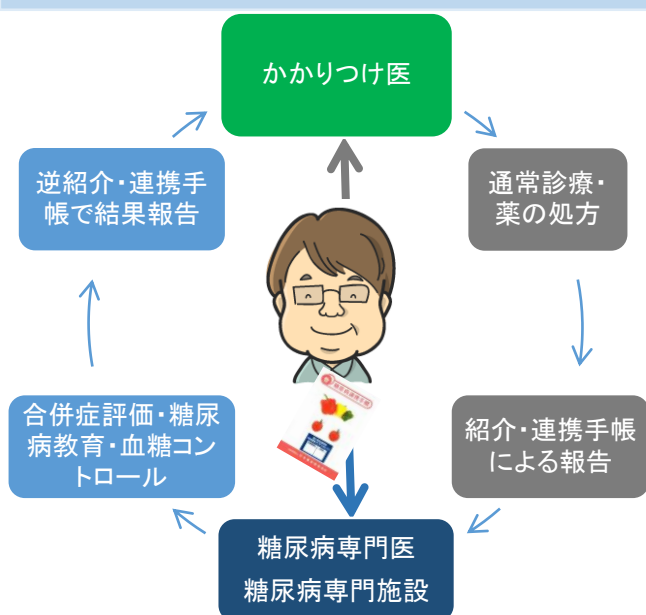
# 「糖尿病地域連携クリティカルパス」を利用して糖尿病の悪化を防ぎましょう！

## ＜連携パスのこと＞

糖尿病は網膜症、腎症などの合併症を併発しやすいため、**普段の治療や生活の管理がとても重要な病気**です。

そこで、旭川地区では、“**患者さん**”と“**日常の診療を担当する医療機関(かかりつけ医)**”、さらに、“**専門的な医療と指導を担う医療機関**”が手をつなぎ、糖尿病の悪化を防ぐ取り組みをはじめました。

この様な取組を「連携パス」と呼びます。専門医受診予約がスムーズになり、「専門医」と「かかりつけ医」が検査結果や治療方針を共有しながら治療をすすめることから、患者さんはより質の高い医療を、**あんしん**して受けることができます。



## 糖尿病連携手帳



公益社団法人 日本糖尿病協会 編

○糖尿病連携パス参加の同意をされると手帳が発行され、あなたの連携パスの番号 (No.) が記載されます。**受診の際は、忘れずに、持参してください。**

○体調の変化や気になることがあれば、自由メモ欄に記入しておきましょう。

前向きに、一緒に、がんばりましょう



連絡先

# 糖尿病連携手帳はこのような内容です。



- この手帳は、「日本糖尿病協会」が作成したもので、「糖尿病とその合併症の説明」、「基本情報」、「検査結果」などで構成されています。
- かかりつけ医や専門医療機関、眼科医、歯科医を受診する場合は必ず持参しましょう。治療内容や生活指導、からだの変化が記録されることで、糖尿病の悪化を防ぐことにつながります。

### ●糖尿病とは？

食べ物に含まれるブドウ糖は体内に取り込まれると、エネルギーとして利用されます。しかし、インスリンの作用が弱いとブドウ糖（血糖）を上手く利用できず、血糖値が高くなります。このような状態が続くと様々な合併症を発生します。糖尿病と診断された人は、定期的に医療機関で受診してください。

### ●糖尿病の合併症

合併症を発生すると治療が大変困難です。普段からしっかり血糖値をコントロールして合併症を予防しましょう。

### ●網膜症

高血糖が続くと網膜の毛細血管に障害が起きます。進行すれば失明の原因になります。末期になるまで自覚症状はほとんどありませんから、定期的な眼底検査がとても重要です。

●網膜症を防ぐには…

- 眼科で定期的な眼底検査を受けましょう。
- 良好な血糖コントロールを保ちましょう。

### ●神経障害

高血糖が続くと神経の動きが障害され、主に下の表のような障害が発生します。

末梢神経障害	足のしびれ、冷え、つり
自律神経障害	立ちくらみ、排尿障害、便秘、下痢、勃起障害
足部	足の感覚低下、足潰瘍、足壊疽

●足壊疽を防ぐには…

- 自分の足（指の間や足底）を観察しましょう。見えにくいところは鏡を使用したり、家族にも手伝ってもらいましょう。
- 通達なく医師や看護師に見せてください。

### ●腎症

高血糖が続くと糸球体に障害が起きます。初期には尿アルブミンが、障害が進むにつれ尿蛋白が増加します。新規に人工透析を始める人の約半数は糖尿病腎症が原因です。

●腎症を防ぐには…

- 良好な血糖コントロールを保ちましょう。
- 血圧は130/80mmHg未満（尿蛋白1g/日以上の人125/75mmHg未満）に維持しましょう。

●糖尿病は、血糖値が高い状態が続くと、様々な合併症を発生します。

●糖尿病の患者さんが、よく発生する合併症と、それを防ぐための留意事項を紹介しています。(P.7~9)

- あなたの基本情報が記入されます。(P.12)
- かかりつけ医、専門医療機関、眼科などの合併症専門医がそれぞれ記入します。(P.13)

### ●基本情報

記載日	年月日	施設	記載者
氏名			性別 男・女
生年月日	明・大・昭・平	年 月 日	
住所			
身長	cm	体重	kg
血圧	mmHg	心電図	異常なし
診断年齢	① 1型糖尿病 年 月 日 (歳)		
	② 2型糖尿病 年 月 日 (歳)		
	③ その他 年 月 日 (歳)		
	④ 妊娠糖尿病 年 月 日 (歳)		
経過	年 月 日	0分 30分 60分 120分	
ブドウ糖負荷試験	血糖値 (mg/dL)	インスリン (μU/mL)	
合併症	神経障害	腎症	なし・あり
	動脈硬化	なし・あり	
	心拍心電図	なし・あり	脳血管障害
	肝疾患	なし・あり	肺疾患
	慢性腎臓病	なし・あり	その他
	糖尿病	なし・あり	
	高血圧	なし・あり	血液異常
	心疾患	なし・あり	脳血管障害
	慢性腎臓病	なし・あり	その他
教育入院した日	年 月 日		
食事量	kg/日		
運動時間	分/日	運動頻度	なし・あり

### ●糖尿病連携バス医療機関

記号	医療機関名 住所・電話番号	診療科名 担当医師名	バス登録日
A		かかりつけ医	年 月 日
B		専門医療機関	年 月 日
C		合併症の専門医	年 月 日
D			年 月 日
E			年 月 日
F			年 月 日

### 検査結果

1日の食事 指示内容	エネルギー量 kcal/日	炭水化物量 g
検査日		
施設		
体重(kg)		
血圧(mmHg)		
空腹時血糖値		
HbA1c(%)		
LDLコレステロール		
中性脂肪		
AST/ALT		
アミラーゼ/尿酸		
BUN/クレアチニン		
eGFR		
アルブミン尿量	mg/gCr	mg/gCr
尿蛋白	g/gCr	g/gCr
腎臓の病期	なし・2・3A・3B	なし・2・3A・3B
	4・過・その他	4・過・その他

### 検査結果

検査項目	検査日	施設	結果
神経障害			
頭部CT・MRI			
頸動脈エコー			狭窄 % 肥厚 mm プラーク あり
baPWV/ABI			
心臓図・エコー (安静・負荷)			
栄養指標			
足指エック			
胸部レントゲン			
腹部エコー			
便潜血			
寛力メラ・透視			
眼底			cm
治療内容・療養指導のポイント			

- 検査結果の左側は、主にかかりつけ医が記入します。(P.14)
- 右側は、主に専門医療機関、合併症専門医が記入します。(P.15)
- その他に、教育入院(P.26)、療養指導(P.32)、自由メモ欄(P.35)があります。

●合併症に関する検査の頻度は、合併症の状態により変わります。