

第4回

スタッフのための糖尿病教室

2014年2月6日実施

淀さんせん会 金井病院 薬剤科

原 真依子

1. 糖尿病ワンポイントレクチャー

第4回は、「保険調剤薬局と手帳の活用」について、アイン調剤薬局薬剤師の神原諒先生にお話しいただきました。なんとなく持っているという方もいらっしゃるようですが、薬局と言えば「お薬手帳」です。

薬を安全に服用するために、①複数の医療機関から処方された薬の情報を1冊にまとめる、②医療機関や薬局へ行く際には携帯する、③市販薬やサプリメントを購入する際にも使用する、④アレルギーや副作用情報を書き込む といった活用方法を教えていただきました。

また、お薬手帳には、患者さんの気持ちや体調の変化などがメモ書きされていることもあるようで、その情報を病院と薬局との連携に役立てているということもわかりました。

2. 講演

「糖尿病連携手帳や血圧手帳の活用」と題し、京都医療センター臨床研究センター予防医学研究室室長の坂根直樹先生にお話しいただきました。

今まで、検査結果だけを記入するものばかり思っていた「糖尿病連携手帳」。実は、飛ばし読みをしまいそうな冒頭部分の説明ページに、療養指導に活用できるヒントがたくさんあることを教わりました。

例えば、合併症の項目で、現在起きている合併症や一番なりたくない合併症をチェックしてもらうことにより、

意識付けを行ったり、その合併症について学ぶきっかけ作りをしたりする方法を学びました。

また、血糖値を記入する「自己管理ノート」。複写式になっていることから、白紙の下敷きがついています。その下敷きをしおりとして、患者さん啓発のツールとする方法も学びました。実際に、目玉おやじが「眼科へ行こう」と呼びかけているイラストを貼り付けて、眼科受診が終われば回収するといったように使っている例などを紹介していただきました。

最後に、自己啓発のツールとして名刺（写真）を利用する方法をご紹介いただきました。自分の目標などを名刺大のカードに書き、財布や手帳に挟んで、いつでも目につくようにするというものです。各グループでテーマを決め、実際に作ってみました。「休甘日宣言」「血圧上昇中」「おくすり手帳を持参しよう」など、個性豊かな面白い作品が出来上がりました。

3. まとめ

「災害時1、2、3」シートという災害時に準備しておくべきもののリストが、日本糖尿病協会から会員向けに配布されていると、神原先生よりご紹介がありました。1は、インスリン、針、くすり。2は、水、補食、ブドウ糖。そして3には、「糖尿病連携手帳」「お薬手帳」が入っています。持ち運びできるサイズなのにも拘わらず、重要な情報がたくさん記載されています。

その利点を、2倍にも3倍にも活用できるよう、本日学んだヒントを日々の指導に生かしていきたいです。

