

第3回 スタッフのための糖尿病教室

2016年12月1日実施

医療法人 谷口医院 看護師
岩瀬 未土立

1. ミニレクチャー

「糖尿病専門クリニックにおける検査と指導の実際 ビフォー・アフター」と題して、大石内科クリニックの看護師 坪内淳子さんが自施設での取り組みを紹介して下さいました。

診察の流れや、看護師による療養指導での初期指導、継続指導の面談など、専門クリニックならではの特徴を紹介して下さいました。より良い診療を目指すなかで、近年問題点となる所に対し、医院全体で改善に取り組まれたそうです。患者さんの高齢化、トイレの使用時間などに対する施設のリフォーム、日常業務で煩雑化しがちな必要物品の棚を見直し、スタッフの動線の改善が業務の簡素化に繋がったそうです。患者さんも快適になった環境に過ごしやすくなった等の実際の声も発表されていました。

5Sの具体的な取り組みなど、すぐに活用出来る内容をお聞きする事が出来ました。

2. 糖尿病レクチャー

「運動が嫌い・苦手な糖尿病患者向けの運動指

導～やる気を出す声のかけ方～」というテーマで、医仁会武田総合病院 疾病予防センター 健康運動療法士 黒瀬聖司先生に御講演頂きました。

まず糖尿病の運動療法を行う医療者側の私達自身が、運動をしているか、またそれを継続出来ているか、維持、実行、準備、熟考、前熟考の5段階のどこに入るかを知る所から始めました。

1日のテレビの視聴時間が2時間を超えた場合、2型糖尿病発症リスクが20%増加するそうです。そこで、「運動する気が起きないのはなぜか」「どうすればやる気スイッチが起きるのか」「どのように言われたら嬉しいか」についてグループでのディスカッションを行い、各グループから活発な意見が飛び交いました。

患者さんが将来どのような生活を送りたいと望んでいるかを知り、同じ目標に向かっていく事で短時間でやる気を起こすコミュニケーションに繋がる事や、同じ運動を促すにも、声のかけ方で結果が違う事も学びました。寒い時期になり、運動を中断してしまった方へのアプローチ、患者さんが本気かどうかを見極める1つとして、具体的に行動する事を考える事が出来ているか等、今回もすぐに自施設で生かせる内容を沢山学ぶ事が出来ました。

私達医療者の一声が、患者さんの日常、健康に大きく影響することを再認識し、参加者同士が情報、意見交換出来るより良い場となりました。

次回は2月16日(木) 13:30～15:30

8年続いてきた本会ですが、次回が最後の会となります。次回は本会に参加し、学んだ内容を現場で生かした参加者からの事例発表を予定しております。

