

## 18 糖尿病透析患者が元気で長生きするための患者会

上田透析クリニック

小宮山 静子 土屋 深雪 岡田 洋一

### 【はじめに】

糖尿病透析患者は、糖尿病と診断されてから、初期糖尿病、インスリン治療、腎不全期、透析導入期、と経ているが、その間に食事療法、運動療法、薬物療法などすべてにおいて大きく変化しその都度指導内容が理解できずに、迷い続けながら現在透析導入となった患者が多い。

このような悩みを患者同士で話し合い、今後の透析患者としての生き方の助けとするため、患者会を発足させた。現在徐々にではあるが患者自身が我々に質問したり、コミュニケーションを求めることが多くなってきたことをよい結果と考えており<sup>1)</sup>、本来は長期に検討しなければならぬ問題ではあるが報告する。

### 【対象】

患者総数88名中、糖尿病透析患者27名。内訳は男性19名、女性8名、平均年齢男性64・3歳、女性53・2歳、平均透析年数男性3・2年、女性4・6年。

### 【病態】

I型糖尿病2名、II型糖尿病25名、全盲者2名、視力障害者5名、両足切断者2名、左片麻痺者1名。

### 【方法】

1、「糖尿病透析患者が元気で長生きするためには!」をテーマに①毎月1回、月、水、金の患者は水曜日、火、木、土の患者は土曜日のそれぞれ透析終了後に、1時間程度の勉強会を行っている。勉強会においてのテーマは、「糖尿病性腎症と糖尿病」<sup>2)</sup>を教材としている。その後、勉強会の内容について患者同士で話し合い、患者自身が現在の自分の生活が正しいかチェックを行いながら、他の患者との違いを比較する場を提供している。②患者会で行った勉強会の内容および患者同士で話し合った内容を、出席した患者には復習として、出席できなかった患者には情報提供として、対象患者全員

に「糖尿病通信」を配布している。③自己管理能力の向上を目指して、日ごろの生活内容と合わせてその結果を自己管理ノートに記載してもらっている。

2、糖尿病透析患者の現況と問題点、および患者会に対する意識調査を記載方式で設問した。

### 【結果】

患者会について知っていますか? : 99%、会に対してどのようなことをして欲しいですか? : 血糖コントロールのよい方法が37%、その他食事療法、運動療法の順であった。現在悩みや不安がありますか? : 67%であり、悩みの内容は血糖コントロール不良と透析中の血圧低下の順であった。またその場合の相談相手は、家族と医療従事者の順であり、患者同士は皆無であった。血圧測定をしていますか? : しているは56%であり、これから血圧測定をしたいが42%で、74%の患者が血圧測定に意欲的だった。日常生活の満足度は? : 非常に満足が33%予想以上に良く、ほぼ満足が40%、やや不満足が22%で不満足が4%の順であったり、満足以上が73%となっていた。現在何かやりたいことがありますか? : 67%が意欲を見せていたが、33%は無いであり、これらの方々が高齢者や合併症の強度の患者であった。

### 【考察】

近年糖尿病性腎症よりの患者が透析導入者の1位を占めて久しい<sup>3)</sup>。しかし、本患者は糸球体腎炎由来の患者に比べ、長期での透析での予後は必ずしも良いとは言えない。

その原因の大きな部分が、本来糖尿病の治療の良否は病気にかかわらず家庭および社会生活での自己管理良否に負うところが大きく、結果が良くなかったために透析導入となったと推察できる。そこでこの現状を認めた上で、糖尿病透析患者が『元気で長生き』するための指導となると、年齢や合併症の程度により大きな差があり、どうしても個別指導が必要となる。この壁を取り除くために、『明日は我が身』だから、少しずつ改善させようと患者同志が率直に悩みを話し合え、また日常生活上の問題を一つ

小宮山 静子 上田透析クリニック  
〒386-0012 上田市中央2-6-16

ずつ勉強できそれらを元にして自己管理が行えることを目標に、糖尿病透析患者の会（勉強会）を立ち上げた。患者会の内容にアンケート調査の結果を見ると、患者の悩みは67%が悩みや不安を抱えていたが、その相談相手は家族や医療従事者であり患者同志で話し合うことはないようであった。このことからすると悩みは、家族全体のものであると考えられた<sup>1)</sup>。次に患者会に対しては知っているが93%であり、参加者が74%あったということは患者同志の横のつながりをもち、悩みを解決できる場と考えたいと思っている人が多いということが理解でき、他の患者が悩みに対してどのように対応し対処したかを、知りたいという気持ちが伺えた。次に我々が推し進めようとしている自己管理の唯一の手段が、血圧測定であったが当然慢性腎不全期においても、血圧測定は行っていたはずである。しかし透析導入後は血圧測定をしていないのが殆どと思われた。しかし患者会を進めるにつれ血圧測定を行う患者が56%と上昇し、また血圧測定をしていない患者でも42%が、血圧測定を行いたいと考えており全員の74%の患者が血圧測定を今後行いたいという結果を得た。以上を考えると、この患者会を行う中で3/4が自己管理に心を動かしたと考えられた。

#### 【 結 論 】

① 糖尿病透析患者は、日常生活においても悩みや不安が多い。そこで、同じ立場だからこそ分かり合え、話し合える雰囲気のある患者会を必要とした。② 血圧測定を習慣化することは、自分の体調を知る一つの手段であり、自分への自信にもつながると思われる。現在の血圧測定者は56%であり今後血圧測定をしたいという患者を合わせると74%と良い結果を得ている。③ 「現在何かやりたいことがありますか」に関しては、67%が「ある」と意欲的な回答を得た。また、現在の生活に対する満足度は73%が普通以上という回答を得た。④ 現在の患者会のあり方に予想以上の理解を示し、患者自身の生活にも意欲的の向上が見られた。

以上を考えると、このような患者会を同じ立場で話し合えることは、患者の心の拠りどころとなると考えられた。

#### 【 結 語 】

糖尿病透析患者の場合、合併症の程度により、指導に著しい変化をもたらす。しかし、当クリニックが行っているような、患者同志が胸襟をひらき話し合い、「明日は我が身」と考えられれば、集団指導も充分な効果を得ると考えた。

#### 文献

- 1) 土屋和子, 富樫たつ子: 糖尿病透析患者は本当にわがままか?. 透析ケア. 5, 4: 20-23, 1999.
- 2) 岡田洋一: 糖尿病性腎症と透析療法 (太田和夫監修). アボットジャパン株式会社, 協和企画, 2003.
- 3) わが国の慢性透析療法の現況 (1998年12月31日現在). 日本透析医学会, 1998.
- 4) 渡辺俊之: 長期透析患者と家族との関係から学べること. 透析ケア. 9, 11: 39-45, 2003.