

## IDF2009 SMBG ガイドラインの応用

加藤内科クリニック 管理栄養士 CDEJ 加藤則子

IDF（国際糖尿病連合）は2009年10月18～22日にカナダのモントリオールで行われた第20回世界糖尿病会議で「血糖自己測定」、「妊娠」、「口腔衛生」のガイドラインを発表した。私が参加した2つのセッションで発表者がこのガイドラインをぜひ読んでほしいと熱心に訴えていたことが印象深い。

タイトルは「Self-Monitoring of blood glucose in non-insulin treated type 2 diabetes：非インスリン療法の2型糖尿病患者の血糖自己測定」であるが、インスリン治療中であっても、1型糖尿病であっても、大いに活用して良いと思うので、CDEJの皆様を紹介したい。

このガイドラインの中で強調され、提案されているのは下記の点である。

- ①費用対効果の高い回数・測定ポイントで行うこと、
- ②血糖測定による自己管理は血糖コントロール改善に効果があった、evidence-basedであること、
- ③患者さんの治療目的にあったゴールを目指すこと、
- ④血糖自己測定により糖尿病の病態を理解すること、
- ⑤急な高血糖・低血糖を防ぎ、管理する知識を教育すること、
- ⑥患者さんの理解度に合わせ段階を追って教育すること。

実物は下記でダウンロードできる。

<http://www.idf.org/idf-guideline-self-monitoring-blood-glucose-non-insulin-treated-type-2-diabetes>

この中で使われたシートを応用し、使いやすいようにA4用紙1枚にまとめてみた。医師が患者さんの病状に合わせ、どのやり方を次回やってみるか患者さんと相談しながら決め、コ・メディカルはそれを補足説明し、フォローする（私は栄養指導で活用中）。

なお現状ではインスリン非使用者でSMBGが適応になるのは、200床未満の病院または診療所で、糖尿病の生活習慣病管理料を算定し、血糖自己測定値に基づく指導を行った場合に、年1回のみ算定できる。それ以外は混合診療になる可能性があるという。

最後にIDFはコ・メディカルも多く、私もポスター・プレゼンテーションをした。次回の2011年ドバイでは、皆さんも学会発表に挑戦し、CDEJの力を世界に発信しましょう。

2010年 月 ID ( ) お名前 ( )

曜日は測れる日で結構です。〔1〕～〔6〕のうち指示された番号の測定法をやってみましょう。

食後は2時間が理想ですが、1～2時間前後で結構です。測定時間も書いてください。×のところを測ってください。

〔1〕 1日5回法 1ヶ月に3日、できるだけ連日で測ってみてください。

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 |     |     |     |     |     |     |    |
| 火 |     |     |     |     |     |     |    |
| 水 | ×   | ×   |     | ×   | ×   | ×   |    |
| 木 | ×   | ×   |     | ×   | ×   | ×   |    |
| 金 | ×   | ×   |     | ×   | ×   | ×   |    |
| 土 |     |     |     |     |     |     |    |
| 日 |     |     |     |     |     |     |    |

〔2〕 1日7回法 1ヶ月に3日、できるだけ連日で測ってみてください。

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 |     |     |     |     |     |     |    |
| 火 | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×  |
| 水 | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×  |
| 木 | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×   | ×  |
| 金 |     |     |     |     |     |     |    |
| 土 |     |     |     |     |     |     |    |
| 日 |     |     |     |     |     |     |    |

〔3〕 ずらした測定の場合、1ヶ月に1週間だけ測ってみてください。

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 | ×   | ×   |     |     |     |     |    |
| 火 |     |     | ×   | ×   |     |     |    |
| 水 |     |     |     |     | ×   | ×   |    |
| 木 | ×   | ×   |     |     |     |     |    |
| 金 |     |     | ×   | ×   |     |     |    |
| 土 |     |     |     |     | ×   | ×   |    |
| 日 | ×   | ×   |     |     |     |     |    |

〔4〕 食事による血糖の変化。1ヶ月に1週間だけ図のように測ってみてください

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 | ×   | ×   |     |     |     |     |    |
| 火 |     |     |     |     |     |     |    |
| 水 |     |     | ×   | ×   |     |     |    |
| 木 |     |     |     |     |     |     |    |
| 金 |     |     |     |     |     |     |    |
| 土 |     |     |     |     | ×   | ×   |    |
| 日 |     |     |     |     |     |     |    |

〔5〕 空腹時高血糖の発見と判定。1ヶ月に1週間だけ図のように測ってみてください。

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 |     |     |     |     |     |     | ×  |
| 火 | ×   |     |     |     |     |     |    |
| 水 |     |     |     |     |     |     | ×  |
| 木 | ×   |     |     |     |     |     |    |
| 金 |     |     |     |     |     |     | ×  |
| 土 | ×   |     |     |     |     |     |    |
| 日 |     |     |     |     |     |     |    |

〔6〕 低血糖症候群の発見。1ヶ月に1週間だけ図のように測ってみてください。

|   | 朝食前 | 朝食後 | 昼食前 | 昼食後 | 夕食前 | 夕食後 | 眠前 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 月 |     |     | ×   |     | ×   |     |    |
| 火 |     |     |     |     |     |     |    |
| 水 |     |     | ×   |     | ×   |     |    |
| 木 |     |     |     |     |     |     |    |
| 金 |     |     | ×   |     | ×   |     |    |
| 土 |     |     |     |     |     |     |    |
| 日 |     |     |     |     |     |     |    |