

インスリン自己注射指導時のひと工夫 ～高齢糖尿病患者への関わりの中から～

朝日生命成人病研究所附属丸の内病院 看護部 看護師 市来祐里恵

年々、外来でのインスリン療法導入患者が増え、高齢糖尿病患者においても外来でインスリン療法を導入あるいは変更するケースが増えてきています。

CDEJの皆様も「高齢糖尿病患者へのインスリン自己注射指導」で様々な工夫をされていると思いますが、今回は当院で行っている指導時の工夫についていくつかご紹介致します。

拡大手順表

高齢者の特徴の一つに、記憶力、学習能力、集中力、注意力、思考力など、認知機能の低下があげられます。高齢糖尿病患者さんがインスリン注射方法など新しいことを習得するのは、並大抵のことではありません。

当初、インスリン注射手順を分かりやすく覚えて頂きたいと思って考案したのが、「日めくり方式手順表」でした。しかし、一枚ずつめくることによって次のステップに進めるという利点もありましたが、巧緻性が低下した患者さんが一枚一枚めくらなければならないという煩わしさがありました。

そこで、次に考案したのが、インスリンの注射手順をA4用紙に、“大きな字で”“箇条書きに”“簡潔に”説明し、一枚で見ることができる「拡大手順表」です。必要最低限の項目を箇条書きし、必要時に“右にまわす”“向こう側にまわす”“時計回りにまわす”など、各々の患者さんが分かりやすいように書き込んでいきます。

以前、入院患者を対象に「大型手順表を用いた高齢糖尿病患者のインスリン注射導入」について検討した結果、大型手順表は高齢糖尿病患者さんにおいて有効でした¹⁾。そして、現在ではこの拡大手順表を、各メーカーのパンフレットと共に外来での指導時にも活用しています。

しかし、中には“文章を一つ一つ追えない”“イラストがある方がいい”という患者さんもありますので、各々の患者さんが理解しやすい・覚えやすい方法を選択して支援することが大切です。

拡大インスリン注射量指示書

当院では、インスリン注射療法の患者さんに、インスリン注射指示量カードにインスリン名と注射量を記入し、お渡ししています。しかし、高齢糖尿病患者さんのとの関わりの中で、“インスリン量が分からなくなってしまった”“どの種類のインスリンをいつ注射したらよいのか混乱している”“インスリン製剤が変更になり、混和に不安が残る”“配偶者の介護で忙しく、インスリン注射を忘れやすい”などの状況を経験しました。

そこで、患者さんが理解しやすく、安全にインスリン注射が出来るよう考案したのが、「拡大インスリン注射量指示書」です。A4用紙にインスリン製剤名・写真、注射量、各々の患者さんに気を付けて頂きたいポイントを記入してお渡しし、インスリン注入器と一緒に保管したり、食卓に貼って頂いたりしています。

他にも療養支援の様々な工夫・アイデアがあるかと思いますが、糖尿病患者さんがより健康に、そしてその人らしく療養生活を送れるよう、私達CDEJは、今後も日々知恵をしぼってまいります。

文献

- 1) 赤木ゆかり，羽倉稜子，ほか．「大型手順表を用いた高齢糖尿病患者のインスリン注射導入に関する検討」日本糖尿病教育・看護学会誌 2000；Vol.4 特別号 SEP.：116

フレックスペンの注射手順

1. フレックスペンのキャップをはずす
2. インスリンの残量を確認する
3. ペンを10回振る
4. 針をつける（まっすぐさし込んでまわす）
5. 針のふたをはずす（2つ）
※まわさずに引っぱる
6. 単位を0から2にする
7. 試し打ちを行い、液が出たか確認する
8. 単位が0になっているか確認する
9. 指示された単位に合わせる
10. 注射をする
1) 皮膚に針を刺す
2) 単位が0になるまで、注入ボタンを押す
3) 注入ボタンを押したまま10数える
4) 注入ボタンを押したまま針を抜く
11. 針の大きなふたをつけ、回してはずす
12. フレックスペンのキャップをはめる

* 困ったときは、病院に連絡して下さい
03-3201-6781 朝日生命成人病研究所附属丸の内病院

〇〇 〇〇 様		年 月 日			
	朝	昼	夕	寝る前	
	8	—	6	—	

* ①インスリン液が白くなるようによく混ぜる（ガラス玉を転がすように！）
②③単位に合わせる → 注入ボタンを押す → 0 の確認
③指示された単位に合わせる → 注射する

* 単位合わせダイヤルが回らない → インスリンの残量がありません。
新しいインスリンのペンに交換し、注射して下さい

* 注入ボタンが押せない → 病院に連絡して下さい 03-3201-6781

朝日生命成人病研究所附属丸の内病院

〇〇 〇〇 様		年 月 日	
	朝	夕	
	8	6	

**朝食前と夕食前に
忘れずに注射しましょう！**

