

ノボケア

Smile

笑顔を支えるインスリン療法

2005
春
No.5



糖尿病コントロールの 新しい指標

—より良好な血糖コントロールの実現に向けて—



インスリン自己注射への
不安について

監修

岩本安彦

(東京女子医科大学糖尿病センター センター長)

編集協力

岩崎直子 内潟安子 北野滋彦 佐倉宏

佐藤麻子 佐中真由実 新城孝道 馬場園哲也

(東京女子医科大学糖尿病センター) アイウエオ順

ノボケア
Smile
笑顔を支えるインスリン療法

No.5 Spring 2005

2005年4月発行／第1版第1刷発行 非売品

[発行]

ノボケア友の会事務局(ノボ ノルディスク ファーマ株式会社内)

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1

www.novonordisk.co.jp

[企画・制作]

メディカス株式会社

〒160-0016 東京都新宿区信濃町35番地 信濃町煉瓦館4F



1419430101 (2005年4月作成)



握力のない私のために 注入器を工夫してくださいました。

- 入院をしてインスリン自己注射の指導を受けたおかげで、今ではすんなりと自分で注射を打てるようになりましたが、最初の頃は注射を打つことが本当に怖くて仕方ありませんでした。
- ◆“怖かった”というお気持ち、よくわかります。それに、吉田さんは握力が低下しているために、注入器をうまく扱うことができず、最初は自分で注射を打つことができませんでした。注入器をギュッと手のひらに深く包み込むように握ることができないから、注入器の上端部にある注入ボタンに親指が届かなくて、インスリンを体内に注入することができませんでした。それが吉田さんにとっては、大変なプレッシャーだったのですね。
- 指導を受け始めた最初の2日間は、不安で眠れませんでした。眠れないなんて初めての経験で、これが娘たちがよくいう“ストレス”なんだと、このときにわかりました。
- ◆申し訳ないことに僕自身、吉田さんのような患者さんを担当したことがなく、すぐには解決策を見出せませんでした。でも何とかしなくてはならない。握りが浅くても、スムーズに注入ボタンを押せる方法はないかと、医師や看護師の皆さんのさまざまなアイデアを参考にしながら、注入器改良の試行錯誤が始まりました。たとえば、注入器の上端部に何かキャップのようなものをかぶせれば、注入ボタンを押すことができるのではないかと、また、注入器の握り部分を太くすればよいのではないかと輪ゴムをぐるぐる巻いてみたり、あるいは、握力の弱い方の介護用品であるスプーンを握りやすくするためのスポンジ状のパッドを使ってみたり、スポーツ用品として売られている靴下止めバンドを巻いてみたこともありました。これらを使って、どうにか注入ボタンを押せるようになりましたが、いずれも決して使いやすいとはいえず



**熱心でとてもやさしい先生
今や私にとって家族以上の存在です**

熊本県・八代市 吉田愛子さん(76歳)

熊本県八代市生まれ。主婦。糖尿病を指摘されたのは55歳のとき。10年ほど前から経口薬を服用するが、血糖コントロール不良となり、2004年8月末、外科的治療のために入院していた熊本労災病院にてインスリン導入。20年ほど前までは農家の嫁として、地元名産「いぐさ」栽培に従事。実はかなり甘いものに目がないが、「これからはできるだけ節制します」と誓う。

**吉田さんが必死に努力していたから
僕も必死になれました**

マイベストパートナーの玉置秀成さん(38歳)

熊本労災病院薬剤師。日本糖尿病療養指導士。鹿児島県生まれ。病棟薬剤師として、吉田さんのインスリン導入指導を担当。指導開始直後、吉田さんの握力が弱いため、注入器をうまく扱うことが難しいことに気づき、注入器の握り部分の改良に着手。バージョンアップを重ね、現在、吉田さんは、針金ハンガーの〇状の部分を利用したバージョン5を愛用している。

「糖尿病患者さんに高齢者が多いということを考えて、握りのトラブルは意外に多いのではないだろうか。この記事が全国の糖尿病関係者の皆さんにとって光明となればいいな」と。



ませんでした。そんなとき、針金ハンガーの〇状のフックの部分を利用する方法があるということを知りました。針金ハンガーの〇状の一端に注入器を縛り付け、親指の付け根部分に引っかけるというものです。



- これが大変具合がよくて、楽に注入ボタンを押すことができるようになりました。先生はその後、手にあたる部分が痛くないようにと、〇状の部分にゴム管のチューブを巻いてくださいました。本当に熱心でやさしい先生です。家族以上にお世話をしていただき、今では私にとって先生は家族以上の存在です。まもなく退院しますが、先生が一生懸命、親身になってくださったことを忘れずに、これからはきちんと自己管理もしていこうと思っているんです。
- ◆そういえば、吉田さんは甘いものが大変好きなのですね。
- 実はまだ看護師さんにも話していないのですが、ちょっとだけなら、昨夜、お菓子を食べてしまいました。入院して初めてですよ。夕ご飯を半分に控えたので大丈夫だと思ったのですが、今朝の血糖値170mg/dLもありました……。
- ◆そんなに落ち込まないで。主治医の先生のおっしゃることをよく聞いて、きちんと守っていれば、血糖をうまくコントロールできるようになり、少し食べ過ぎても元気に過ごせるはずです。注入器の握りの改良については、僕にとっても大変勉強になりました。吉田さんがとてもがんばり屋だから僕も必死になれました。今、吉田さんがお使いの“バージョン”も、決して完成品ではないと思っていますので、不都合があればいつでもご相談ください。
- ありがとうございます。これからもよろしくお願いします。

本誌では「マイベストパートナー」に出していただける患者さんを募集しています。

マイベストパートナーへの応募方法が変わりました!

誌面への登場をご希望の方は巻末のハガキに、必要事項をご記入のうえ、「糖尿病治療に取り組むあなたと、あなたにとって大切な人とのエピソード」(例: 勇気づけられたこと・支えられたこと・うれしかったことなど)を簡単にお書きいただき、ご応募ください。

※取材のご相談をさせていただく場合に限り、編集部(企画・制作 メディカス株式会社)より書面にてご連絡させていただきます(お電話でのお問い合わせには応じかねますのでご容赦ください)。