



# 埼玉県医師会誌

## 報告 I

「埼玉県地域医療構想推進会議の活動」

埼玉県医師会副会長 湯澤 俊



2018  
April  
Vol.817

4

## 臨床 メモ

糖尿病性腎症の増悪を抑えるには、繰り返す栄養指導と糖尿病教室での意識向上で減塩を行いARB主体の降圧剤併用で血圧130/80未満に持って行く必要がある

春日部嬉泉病院(春日部市医師会)

丸山 壽晴、高山 英一、野澤 幸成、古田 勝彦、須藤 祐司、嶋村 仁美、  
伏見 由紀、小田 美穂、長瀬 ひろみ、齋藤 映子、佐久間 容子、高齋 都、  
濱崎 万利子、石川 香織、萩原 友美、新井 章恵、石川 未来

■キーワード：糖尿病性腎症、降圧目標、栄養指導

### はじめに

日本の糖尿病患者は約1000万人と年々右肩上がりで推移している<sup>1)</sup>。高血圧患者は推計約4300万人<sup>2)3)</sup>ともいわれ、糖尿病と高血圧は心血管疾患(CVD)発症に及ぼすリスク因子の中で最大である<sup>4)</sup>。また、慢性腎臓病(CKD)の合併により、そのリスクはさらに引き上げられる<sup>2) 5)</sup>。糖尿病または高血圧により増悪したCKDが進展して透析患者数の増加を招いている。増加の一途をたどる透析患者数は社会問題となっている。このように、糖尿病または高血圧からCKDを増悪させない治療は重要である。高血圧治療ガイドライン2014(JSH2014)においてはCKD患者の降圧目標について明記している。透析を始める原因となった疾患の第一位は糖尿病性腎症であり、全体の約4割を超えており、1998年以降割合が増加の一途である。そこで、私達は糖尿病性腎症の増悪を予防するために栄養指導に力を入れて、昨今では糖尿病教室も実施している。

春日部嬉泉病院の属する嬉泉会は血液透析の黎明期より透析医療を行っている専門施設である。1973年2月からコルフ型の透析装置を36台準備して、透析医療を開始した。その当時嬉泉会の他には三軒茶屋病院と東京腎センターと信楽園が日本を代表する透析病院であった。その当時より透析患者の栄養指導に嬉泉会の管理栄養士は力を入れていた。埼玉県春日部市にある春日部嬉泉病院は日本透析医学会認定施設として透析患者数四百数十人を診療する埼玉県最大級の透析専門病院である。特に隣接する附属クリニックにおいては個室透析を実施しており、透析患者の透析中の時間管理と癒しに貢献している。

透析専門病院であるがゆえに多くの透析準備期の末期腎不全患者の紹介や糖尿病性腎症の紹介が多い。そのため透析導入を遅らされている患者がどのように治療を受けているかについても調べて既に日本腎臓学会誌第58巻第7号<sup>6)</sup>に発表している。今回糖尿病患者の栄養指導と腎機能低下の予防に焦点を当てて発表する。

### 糖尿病性腎症の患者に対する当院の栄養指導の実態

第1回目の管理栄養士による栄養指導では患者および調理担当の家族と面接し、食生活環境調査表を用いて生活習慣の聞き取りを行う。糖尿病性腎症と診断されどう思っているか病識を確認し、その患者の理解度を図る。糖尿病性腎症の食事では1日3食規則正しく食べる・よく噛んでゆっくり食事をする・食物繊維をとるといったことに加え、減塩やタンパク制限が必要となることでエネルギーの摂り方が糖尿病食とは異なることをお話しする。また聞き取った内容から問題点を抽出し、塩分過剰であれば減塩