

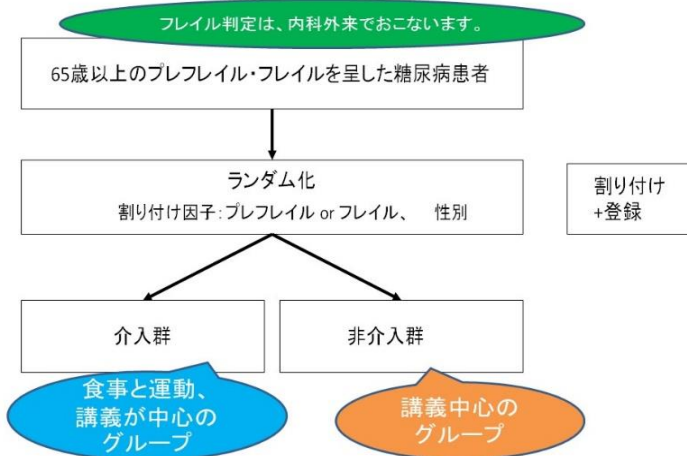


2017年5月号

糖尿病教室の紹介

健康長寿を実現させるために注目されている概念が「**フレイル**」です。「**フレイル**とは、加齢に伴って生じる機能的な予備能力の低下により、健康障害や自立機能障害をきたしやすい状態」といわれています。これまで各自治体において二次予防にかかる高齢者に対しては、地域支援事業において介護予防事業による支援があったものの、糖尿病患者に対象特化された支援はありませんでした。私達は**プレフレイル**、**フレイル**を呈した高齢糖尿病患者を講義単独群(非介入群)あるいは講義、食事摂取を通じた栄養指導、運動療法の実践からなる多職種連携指導群(介入群)に分け、糖尿病教室の形式を用いたランダム化群間比較介入試験を行っています。**フレイル**予防及び改善プログラムを糖尿病療支援チームにて実施し、有効性が証明されれば、本プログラムは他医療機関でも行えるモデルになると考えられます。

対象者と教室のグループが決定まで



糖尿病教室の概要

- ①11:00 身体計測
 - ②12:00 食事
 - ③12:40 フレイル講義
 - ④13:15 栄養講義
 - ⑤13:30 運動
 - ⑥14:00 終了
- 介入群
- ①12:30 身体計測
 - ②13:30 フレイル講義
 - ③14:00 栄養講義
 - ④14:30 終了
- 非介入群
-

このほかに、自宅で万歩計・運動カレンダーと栄養チェックを3か月続けて行います。

年間スケジュール

月に1回の糖尿病教室を3か月行い、開始時、3ヶ月目、12ヶ月目にフレイルの状態を評価します。



* 次回は、糖尿病学会学術集会の報告をいたします。

多職種介入によるアプローチ

