

# エキスパート新聞

第8号  
発行所  
認定 NS 連絡会  
広報担当



さて、問題です。糖尿病の合併症は何でしょうか？

答えは、新聞の最後にあります。



## 糖尿病看護特定認定看護師の役割とは？

糖尿病は、**自覚症状に乏しく、療養行動に結び付きにくい**ため、患者人口は増加の一途をたどり、いまや40歳以上の3人に1人は糖尿病の可能性を不定出来ない現状です。山梨県は、全国でも上位に位置し、さらには糖尿病を原因とする新規糖尿病透析患者数も上位です。

糖尿看護特定認定看護の役割は、糖尿病をもつ人が生涯にわたり糖尿病と上手く付き合いつながりながら生活することを支援していくことです。糖尿病に関することならなんでもご相談をお受けします。発症予防、治療における疑問、不安、生活習慣を改善するための支援等「自分らしく、より良い人生を送るために患者様、ご家族と共に糖尿病と上手く付き合う方法を考えます。」



糖尿病看護特定認定看護師  
日本糖尿病療養指導士  
フットケア指導士  
内藤裕美

### ご相談日

毎週木曜日

事前に糖尿病外来に  
連絡をお願い致します



## 質問の答え



語呂合わせで「**しめじとえのき**」と覚えましょう。



\*しめじ、えのきを食べると糖尿病が治るわけではありません。!

### 《 細小血管障害 》



**し**: 神経障害 手足のしびれ こむら返り

**め**: 目の症状 網膜症 ⇒ 失明

**じ**: 腎症 腎症⇒透析

### 《 大血管障害 》



**え**: 壊疽 足が腐る

**の**: 脳卒中

**き**: 虚血性心疾患 狭心症 心筋梗塞

## フットケア外来について

糖尿病の合併症に神経障害(足のしびれ、間隔低下)血流障害があります。神経障害、血流障害、血糖コントロール不良により足病変のリスクが高いと言われてきます。簡易的な検査により足のケア方法(爪切り、靴選び、清潔方法、保湿、保護)など、足に関する支援を行います。**「百歳まで歩ける足を一緒に目指しましょう」**

