

特集

最新の糖尿病治療と リハビリテーション

糖尿病はリハビリテーションにも関連するさまざまな障害を起こす原因となる疾患であり、糖尿病をコントロールすることは長寿社会においては重要な課題です。かつまた、糖尿病は生活習慣の改善が治療効果をもつ疾患の代表例でもあります。糖尿病の治療は近年、さまざまな薬物の開発で進歩してきました。その一方で、生活習慣のコントロールにおける課題も分析されています。今回は、そのような糖尿病に関する最新情報を、各分野の専門の先生方に解説していただきました。

糖尿病治療のトレンド 能登 洋氏.....371

日本人のうち約 950 万人が糖尿病を強く疑われ、1,100 万人が糖尿病の可能性を否定できない状況である。近年のガイドラインでは、低血糖の悪影響も踏まえ、合併症コントロールを目指した個別的な血糖目標値が提唱されている。インスリン以外の糖尿病治療薬は 1990 年代から 6 系列も登場し、病態に合わせた使い分けが示されている。

運動療法のエビデンス 野村卓生氏.....377

ガイドラインでは、2 型糖尿病に対する運動療法として、有酸素運動、レジスタンス運動が推奨されている。併せて身体活動性の増加と患者教育も重要である。糖尿病患者においては、多発神経障害を合併しなくても筋力が低く、また運動療法は多発神経障害の予防・改善にも寄与することが示されている。

ニュース 家族の日常やノウハウ本に一重度障害児、在宅の支えに（熊本の NPO）.....	394
入所障害児 429 人に虐待歴—医療型施設、6 人に 1 人（毎日新聞調査）.....	400
特養での看取り、「行う予定ない」10%—厚生労働省調査、計画策定は 51%.....	406
鉄道の割引、3 割止まり—精神障害者の家族会が 157 社調査.....	411
初の人口減少、1 億 2,711 万人に—2015 年国勢調査.....	411
認知症事故訴訟、家族の賠償責任なし—JR 東海が逆転敗訴（最高裁）.....	427
改正自殺対策法が成立—自治体の計画づくり義務付け.....	435
治療と仕事の両立を—厚生労働省が企業向けガイドライン作成.....	440
高校にも「通教」導入へ—3 月 19 日まで意見募集（文部科学省）.....	441
災害時名簿、未登録・不明 76%—障害者を調査（JDF と NHK）.....	450

運動療法の実際 星野武彦氏.....383

運動開始前には、メディカルチェック、フィジカルチェック、ライフスタイルチェックを行う。運動には、有酸素運動、レジスタンストレーニング、レクリエーションスポーツ、身体活動量の増加、ストレッチングがあり、運動継続に向けた支援体制—①個々に応じた目標設定、②定期的評価とフィードバック、③楽しさを知ってもらうことが重要である。

食事療法のエビデンス**—食べる順番の血糖上昇抑制効果 今井佐恵子氏ら**.....389

食事療法では、HbA1c 値を下げるだけでなく、1日の血糖変動幅をできるだけ抑えることが必要である。近年、糖質の必要量、食物繊維、グリセミックインデックスなどの知識から、カーボカウント、糖質制限食なども提唱されているが、食べる量だけでなく順番に注目した、「食べる順番」療法も効果が示されている。

生活指導 坂根直樹.....395

糖尿病患者に対する運動療法や生活指導においては、しばしば心理学的な「抵抗」に直面する。「働き盛り」、「高齢者」、「中年女性」の各パターンそれぞれの患者の心理状態をくみ取り、変化ステージに合わせた行動変容の技法を用いることで、ドロップアウトを防ぐことが期待できる。

お知らせ	第44回日本リハビリテーション工学協会 車いす SIG 講習会 in 高知	410
	リハビリテーション・ケア合同研究大会 茨城 2016	411
	第16回兵庫医科大学呼吸リハビリテーションセミナー	435
	西日本公式第14回 ADL 評価法 FIM 講習会	440
	藤田リハ ADL 講習会	440
	ボイタのコンセプトによる乳幼児の運動発達障害講習会	441
	第2回東京都総合高次脳機能障害研究会	441