

# CKD・腎移植に関する勉強会 レポート

レポート担当  
東京医科大学八王子医療センター  
池田 千絵

## 1 今回のテーマ「腎疾患と糖尿病」

糖尿病性腎症による透析導入・腎移植が増加してきている。CKD 看護師として、今一度、糖尿病腎症の Evidence を小坂さんからレクチャーを受け、野口さんからは、移植までの実際の症例を通して、糖尿病性腎症に対する看護について学ぶことが出来た。学会の過密スケジュールであったが、35名の参加があり、講義後は糖尿病性腎症に沿ったテーマ4題について、活発にディスカッションを行った。

## 2 最新のお知らせ

- ★第35回腎移植・血管外科研究会が、5月17.18日に開催。
- ・18日は、一日中RTC・看護企画で、会としては、ワールドカフェスタイル茶話会を計画している。
- ・学会員でなくても、演題登録は可能なので、発表をしていきましょう。
- ★第3回腎不全チーム医療協議会 学術集会在6月29日に透析学会に横浜ランドマークタワーで開催。
- ・当番会長は、国立病院機構水戸医療センター 仲宮優子さん
- ・テーマは「CKDチームの多職種協働」です。

## 3 レクチャー概要

Evidence 編：小坂志保さん

- ・糖尿病性腎症の成り立ち
- ・糖尿病性腎症の診断
- ・Diabetic Nephropathy(DN)とDIABETIC Kidney disease(DKD)
- ・糖尿病性腎症の管理(血糖・血圧・脂質・薬剤・運動・食事)
- ・血液透析と糖尿病
- ・移植後糖尿病(NODAT)
- ・糖尿病透析予防管理料

Practice 編：野口文乃さん

～糖尿病患者さんが腎移植を考えたとき～

- ・腎移植は、糖尿病性腎症の末期腎不全に対して確立された治療法である。
- ・腎移植後の糖尿病
- ・PTDMと免疫抑制剤
- ・腎移植チームと糖尿病対策(DMチーム&フットケア)
- ・自施設での糖尿病性腎症患者の症例提示と関わり



## 目次

### 今回のEBPレクチャーの内容

|             |   |
|-------------|---|
| 今回のテーマ      | 1 |
| 最新のお知らせ     | 2 |
| レクチャー概要(小坂) | 3 |
| レクチャー概要(野口) | 3 |

### Worldcafeの内容

#### 今回のテーマ(4つ)

|              |
|--------------|
| テーマ1ディスカッション |
| テーマ2ディスカッション |
| テーマ3ディスカッション |
| テーマ4ディスカッション |

#### 今回の感想

#### 明日から生かしたいこと



### 今後の予定

#### 次回勉強会日程

日時:2019年3月3日(日)

場所:ふれあいセミナールーム八重洲

#### テーマ

腎代替療法選択支援の実際

#### 今後の予定

第35回腎移植・血管外科研究会

日時:2019年5月18日(土)

場所:岐阜・高山

テーマ:次世代へのバトン

## Worldcafe のテーマ

テーマ1:肥満予防

テーマ2:糖尿病患者の自己管理継続のためのモチベーションコントロール

テーマ3:移植後の血糖コントロール

テーマ4:運動療法

## Worldcafe のディスカッション1

### テーマ:肥満予防

- 移植して、透析から回復し、付き合いが増える等、生活習慣が変化することでの食事コントロールが必要である。移植後の栄養指導も必要である
- 栄養士さんにアイデアを出してもらうことも good。コンビニに一緒に行き、普段食べている食品を選んでもらい、栄養成分の値やカロリーを知ってもらう。普段をもとに、食事内容を変化させていくと、患者の受け入れ易いと考える。
- 患者自身で、具体的な目標設定を立案してもらうことが大事。
- 可視化出来る数値・・・歩数計。体重計等々
- 根本的に、肥満になってはいけないというエビデンスが理解しているのが重要。医療者は、エビデンスをきちんと伝えていく。
- 身体だけではなく、心も変わる。長い間どのように肥満予防を維持していけるために寄り添っていく必要がある。

## Worldcafe のディスカッション2

### テーマ:糖尿病患者の自己管理継続のためのモチベーションコントロール

- 患者の思いを共有し、認めてあげることが重要で、モチベーションが保てるように支援する
- 注意する人、ほめる人といった役割分担を決めて関わっていく
- 飽きばかりでなく、ムチや圧をかけることもあるが、絶対に目を離さない・失敗しても大丈夫であるという安心感を与えていくコーチングが必要
- ‘生かされている’のではなく、‘どのように人生を過ごしていきたいか’を導いていくことで、モチベーションは維持できるのではないか。
- 解決思考プログラム→大きな目標を立て、そこに向けたOutcomeをひとつずつ解決していく
- 今後どうなりたいのかを患者から引き出す
- 術後間もないうちやキャラクターなど、時期やタイプを選定して関わる。
- 患者が話した言葉をそのまま、具体的に記録に残して情報共有を図る

- 目を離さない姿勢や目を離されないと患者に思ってもらくことが大切。
- staff-staff や staff-pt間での共有がモチベーション維持に有効
- 施設間や病棟間などでの自己管理 DM コントロール状態が共有出来ないと患者は放置されてしまう。横のつながりを大事にしていく

## Worldcafe のディスカッション 3

### テーマ:移植後の血糖コントロール

- 血糖のための制限ばかりではなく、患者の食べたいものを、どう工夫して食べていくのがよいかを栄養士などを巻き込んで検討・ケアしていく
- リアルタイムの血糖値を、自分の目で把握出来るように、リブレなどの持続血糖測定器を使用出来るとうい。保険の縛りがあり、使用できる方が少ないが、今後広く使用できるように望む。
- 今やっていることが、腎臓にとって、どのような感作が生じるのかを説明すると、より患者に届きやすい。血糖⇨腎臓への影響の説明
- 移植患者は医療者に受け止められて、行動変容する
- 移植したら、薬剤の副作用で糖尿病が悪くなる可能性やインスリン導入になる可能性を移植前に説明していき、心構えをつけていただく
- インスリンは、最後の手段という知識不足を持つ患者が多く、インスリンへの抵抗感を持つ患者は多い。使用する意義の説明し、理解に繋げていく

## Worldcafe のディスカッション 4

### テーマ:運動療法

- 行ってみて楽しい実感がないと続かない。
- ‘運動’という言葉ではなく、家事に置き換えたり、好きな運動を見つけたりしていくとストレスが少ないし、取掛り易い
- 「動くな・食べるな・飲むな」は古い考えで、今は、変化していることがあることを理解し、他職種や患者に伝えていく
- 成功体験につなげていくことが大切で、本人に些細なことでもよいので、成功したことを考えてもらい、習慣化出来るように導く
- 方法が解らないとなると、身構えてしまったり、継続が出来ないため、普段の生活の中で出来ることを提案していく。家事などの動きを、運動強度で話すと分かりやすい。家事を行うことも大事であると伝えていく
- どの程度運動するとよいかのアドバイスをを行うと共に、患者自身が達成出来、成功体験を自覚できるような患者自身の目標作りをサポートする。
- 言い訳ばかりしている人に対し、一緒にこれまでの自己管理を振り返り、成功体験を自力で考えいただき、今後の運動に対するモチベーションを高めていくことが望まれる

## **今回参加した感想・明日からの臨床に生かしたいこと**

今回の勉強会で、糖尿病性腎症についてのエビデンスを再確認しました。一度勉強したからに胡坐をかくと、新しい情報を得ることができないですし、繰り返し勉強することで、次の課題も見えてくるのではないかと思います。運動強度を使用して、家事を評価するのは主婦層の方には伝わりやすいと思いました。野口さんからの症例は、自分でも経験する可能性が高く、自施設でどう移植への支援ができるか、考えるきっかけになりました。当施設では、チームで動く体制が薄いため、患者支援を途絶えず継続的かつ全身トータルで見ていく連携・システム作りが必要であることを病院に働きかけ続ける力を頂きました。今回、どのテーマでもあげられておられていましたが、患者主導の治療、患者自身が決める目標が大切であると思います。そのためには、まず自分自身の引き出しの多さが鍵ですので、引き続き皆様と勉強していけたらと存じます。