

# いきいき中国

## 企業発「重症化防げ」

成人の約11%に糖尿病Ⅱ型が強く疑われる。厚生労働省は3月、そんな調査結果を公表しました。合併症にかかれば、患者の心身の負担だけでなく、医療費も増えます。広島大の研究者や自治体が重症化の予防に取り組んでいます。



糖尿病上

5月、JR広島駅近くにあるベンチャー企業「DPPヘルスパートナーズ」(広島市南区)の一室で、保健師の女性が電話で話をしていた。机の上には食品の栄養素や摂取エネルギーを記した一覧表が並ぶ。電話の相手は糖尿病性腎症の男性患者だった。症状を悪化させないために、たんぱく質をおさえた食事にしたがいが、食材選びに困っているという相談だった。「春雨を使うといいですよ」。保健師はそう助言した。春雨は腎臓に負担をか

## 食事・運動療法 自治体など採用

### 糖尿病

患者の9割を占める2型糖尿病は、中高年に多く、食生活の乱れや運動不足が原因。血糖値を下げるホルモンのインスリンの分泌が少ないか、働きが不十分なために血糖値が高い状態が続く。

主な合併症には、重症化する人工透析が必要な人もいる腎症や、失明の恐れがある網膜症、しびれなどの神経障害がある。さらに、脳卒中や心筋梗塞(こうそく)のリスクも高まる。食事や運動療法を基本に、薬による治療を受ける人もいる。



広島大大学院の森山美知子教授

けるたんぱく質をほとんど含まないのに、エネルギーは摂取できるからだ。DPP社は、糖尿病や脳卒中、心臓病などの再発や

重症化の予防に取り組みむ広島大大学院の森山美知子教授(51)らが2010年12月に立ち上げた。糖尿病性腎症が悪化して人工透析が必要になるのを防ぐプログラムの提供が事業の柱だ。

## 医療費増に歯止めも

広島県南部に位置する人口約24万人の呉市も、DPP社と契約する自治体の一つ。市が運営する国民健康保険(国保)には約5万4千人が加入する。10年度に糖尿病性腎症の重症化予防プログラムを採用し

た。11年度には軽度の糖尿病の患者にも対象を広げた。

市保険年金課の担当者は「市民の健康寿命をのばすことが医療費を抑えることにもつながる」と話す。同課によると、10年度の市国保の加入者のうち、糖尿病の患者1人当たりの医療費は年約3万円だった。

一方、糖尿病などが原因でインスリン治療を受けた人は年約60万円、人工透析を受けた人は年約600万円かかっていた。10〜12年度に同市では、計192人がプログラムに参加。10年度の参加者40人

めば、腎機能を維持したり機能が落ちる速度を緩やかにしたりできる」と話す。同社は自治体や健康保険組合といった公的医療保険を運営する「保険者」と契約。運営者が選んだ加入者のうち、同意した糖尿病性腎症の患者が半年から1年間の重症化予防プログラムに参加する。

同社の看護師や保健師は、患者の主治医と連絡をとりながら、面談や電話で患者と月1、2回話す。仕事や食事などの生活状況を聞き取り、それぞれにあった食事や運動の目標を立てる。例えば、「食事の時間が短い」という人には、「よくかむ」「ひと口食べ

の結果を分析すると、糖尿病の診断の指標となる「HbA1c」の値が改善し、腎機能の指標「血清クレアチニン」は維持されていた。プログラム開始から1年後や2年後にかかった医療費は増加に歯止めがかかっていた。

夫(79)がプログラムに参加した女性(76)は、「看護師さんに話してもらったことで、夫はきちんと血圧や体重を記録するようになった」と振り返る。自身も市が毎月開く患者のための料理教室に通って、夫の食事療法を支えているという。(南宏美)

### 記者より



中小企業の従業員らが加入する全国健康保険協会広島支部も、DPP社のプログラムを採用しています。3月には呉市と協定を結び、加入者が就職や退職で片方の保険からもう一方に移っても、続けてプログラムを利用できるようにしました。保険者の垣根を越えた取り組みが広がっていくといいですね。(南)



電話指導をしている患者の記録などを確認する担当者ら。広島市南区京橋町



女性が料理教室で習ったレシピの数々。広島県呉市和庄十自

計192人がプログラムに参加。10年度の参加者40人

次回(25日)も「糖尿病」を特集。患者向けのメニューを出す飲食店など、食を楽しむ工夫を紹介します。