

地域連携だより



第10回善通寺市

在宅医療・介護連携研修会

善通寺市では医療と介護の両方を必要とする高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、在宅医療・介護連携推進事業に取り組んでおり、医療・介護関係者が顔のみえる関係づくりを行うために毎年研修会を開催しています。令和3年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、前年度に引き続きオンラインでの開催となりましたが、約50名のみなさまにご参加いただきました。

今回は、善通寺市医師会長・岩本内科医院院長、岩本正博先生を講師にお迎えし、「糖尿病診療の現状～コロナ禍での変化も含め～」をテーマにご講演いただきました。

糖尿病の基礎知識をはじめ、疫学、合併症、糖代謝のメカニズム、治療と予後等の最新知識について、具体例をあげながらわかりやすくご説明いただきました。高齢者の特性を考慮した、血糖コントロール目標、食事療法や運動療法のあり方は、今後の業務を行う上でとても参考になる内容でした。

～ここが重要！高齢者の糖尿病管理～

- ★高齢者では**低血糖に注意**が必要。下げすぎないこと！
- ★高齢者では**低栄養に注意**が必要。
「野菜から摂取」ではなく、「タンパク質と炭水化物から摂取」するようおすすを。
- ★高齢者では、**体重減少＝筋量低下の可能性**あり。
BMIは22～25を目安に。
- ★**過去の運動習慣の有無**に合わせた指導が必要。
～できることから始めましょう～

横になっていた時間	⇒座る
座っていた時間	⇒立つ
立っていた時間	⇒うろつく
歩いていた時間	⇒早歩き・小走り

- ★患者さんと向き合う姿勢
禁止はしない！まずよく**傾聴し**、**提案**する。

岩本先生のご講義



参加者からのご意見

- ❖食事や運動など生活指導の具体例が参考になった。日々の業務に生かしたい。
- ❖専門医の先生の話が聞けてよかった。高齢者に多い疾患やターミナルケアについても勉強したい。
- ❖筋力低下予防の体操・運動を教えてほしい。

岩本先生より

医療・介護従事者・消防の皆さまには、コロナ禍で大変な中、ご尽力いただき感謝しています。力を合わせて乗り越えましょう！と励ましの言葉をいただきました。

善通寺市地域包括支援センター（高齢者課内）

TEL (0877)63-6364 FAX (0877)63-3778

Mail houkatsu@city.zentsuji.kagawa.jp