

糖尿病治療の最前線

納得して治療に取り組む大切さ

生活習慣の改善でスムーズに治療できたFさんのケース



担当医 久保 明先生
医学博士・
糖尿病内分泌専門医
東海大学医学部教授
高輪メディカルクリニック院長

患者氏名

F・M様

年齢

63歳

性別

女性

現病歴

糖尿病

医

者は得てして自分の治療方針を患者さんに押しつけがちです。

患者さんによつては、それを苦痛に感じる方もいらっしゃいます。今回ご紹介するFさんも、そのお一人でした。

Fさんは、ご主人の定年退職を機に、お二人で好きなものを好きなだけ食べるといふ日々を楽しんでおられました。しかし、その食習慣がいけなかったのでしょう。2年前クリニックに來られたとき、血糖値は518mg/dl、ヘモグロビンA1cは10.2%あり、非常にコントロールが悪い状態でした。

実は当時、Fさんはすでに他の病院で、入院かインスリン治療をすすめられていました。ヘモグロビンA1cが10%を超えており、飲み薬や生活習慣の改善だけでは治療が難しいという判断だったのでしよう。しかしFさんは入院にもインスリンにも踏み切れませんでした。この2つ以外、自分には選択の余地がないことに、不安と心細さを

感じたそうです。

そこで私は、糖尿病治療の基本である、生活習慣の改善から始めることを提案してみました。まずは栄養士によるカウンセリングで食生活の見直しを。運動に関しては、通常クリニック内で指導している運動療法を体感してもらい、自宅で続けるようお願いしました。

その結果、2カ月後にはヘモグロビンA1cは8.5%に低下。さらに段階的に低下していき、先日の検査では6.9%まで下がりました。当初は4種類だった飲み薬も現在は1種類のみ。合併症の心配もありません。

もともとFさんは、何ごとにも熱心に取り組む真面目な性格です。自分の努力次第で結果が出やすい食事や運動療法は、彼女に合った治療だったといえます。患者さんが納得した上で治療に取り組む。基本的なことですが、スムーズな治療につながる重要なポイントだとあらためて実感した次第です。