

ネットワークアンケート ⑱

糖尿病ネットワークを通して

医療スタッフに聞きました

Q. 近年、糖尿病と不眠症との関連が示唆されていますが、ご存じでしたか？

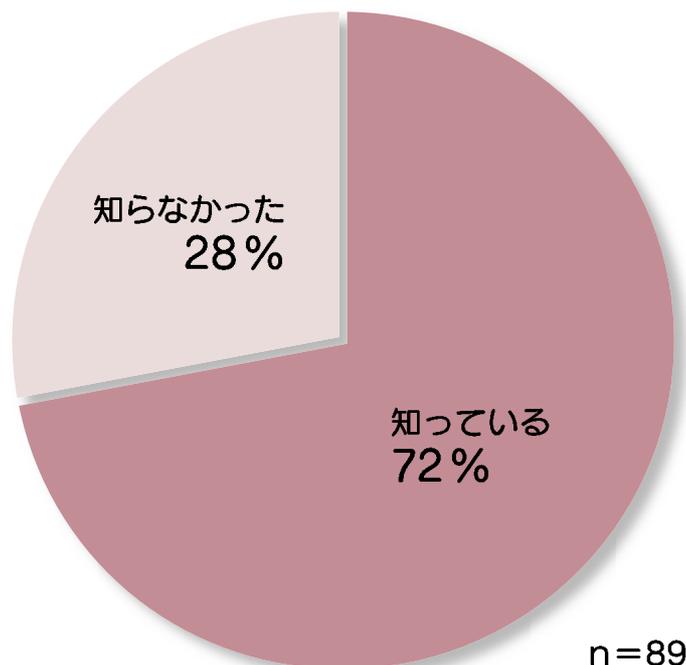
近年、糖尿病などの慢性疾患のコントロールと不眠症との関連性が話題になっています。糖尿病患者さんの不眠には、高血糖や神経障害などに伴う身体的要因、気分障害(うつ)といった精神的要因による影響が考えられ、不眠があると耐糖能低下や血糖の上昇などに影響するといわれています。今回は、糖尿病患者さんの睡眠についてうかがいました。

[回答数：医療スタッフ89(医師18、看護師34、管理栄養士14、栄養士2、薬剤師7、臨床検査技師4、理学療法士1、その他9。うち日本糖尿病療養指導士22)、患者さんやその家族31(食事療法を行っている227、運動療法を行っている188、経口薬を服用している147、インスリン療法を行っている174 / 重複回答)]

糖尿病と睡眠に関しては、糖尿病患者さんは健常者に比べて約2倍、不眠を発症する頻度が高いという調査*などがありますが、今回の質問で糖尿病と不眠症の関連性について「知っている」と回答した医療スタッフは72%でした。しかし、糖尿病患者さんに対しての指導は、34%が「とくに指導は行っていない」、35%が「相談があった患者さんのみ」との回答。また、糖尿病患者さんの睡眠についてチェックを行っているかを聞いてみると、「ほとんどチェックしていない」が

36%、「抑うつ傾向がみられる患者さんをチェックしている」医療スタッフも25%と、実際はあまり現状を把握していないことがわかりました。一方で、患者さんから「眠れない」など睡眠に関する相談を受けたことがある方は約7割と、睡眠の話題は珍しいものではないこともうかがえます。

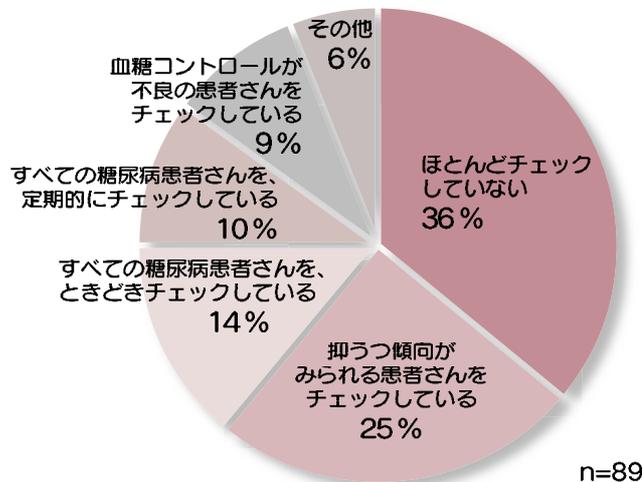
自由記述では、「積極的に聞いてあげれば、不眠に悩む患者さんがもっといるの



ではないかと思う」夜間の低血糖に不安がある患者さんがおり、予防的に寝る前に間食している「アルコールを飲んでい理由として「眠れないから」と話す方が多い」「安易に睡眠薬を頼りすぎ、根本の原因を改善できない」などの意見が寄せられました。

* 久留米大学病院内分泌代謝内科外来患者調査

Q. 貴院では糖尿病患者さんの睡眠についてチェックしていますか？



Q. 患者さんから睡眠に関する相談を受けたことはありますか？

