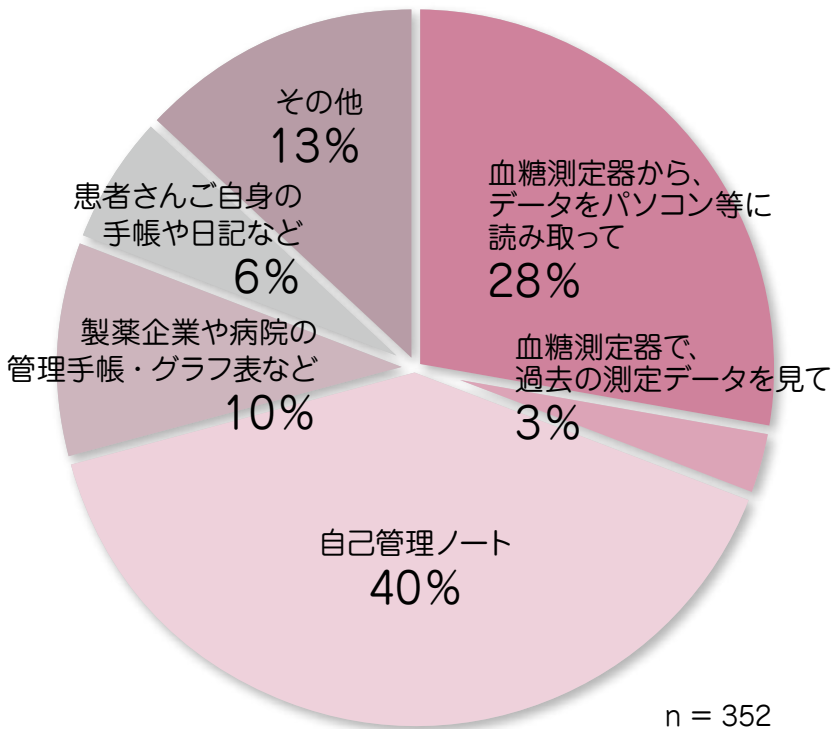


## Q. 受診時、SMBGの記録をどのような方法で確認してもらっていますか？



### Q. 記録方法(記入式)で改善点や問題点がありますか？ n = 255 複数回答 (%)

■ 記録が面倒くさい	27
■ 記録し忘れることがある	23
■ きちんと治療に反映されているのか疑問	20
■ 診察時に記録を持参するのを忘れる	15
■ 特に問題ない	16

### Q. 読み込んだデータの画面や出力を見ながらの診察で、よい点は？ n = 97 複数回答 (%)

■ グラフや表で、血糖の動きがわかりやすい	82
■ 先生の説明が理解しやすい	39
■ 食事や運動の血糖値への影響がわかる	39
■ 血糖管理の改善点が見つかりやすい	37
■ 自分にあった治療をしてもらえる	24
■ 記録し忘れることがないから助かる	21
■ 療養の頑張りがいを感じる	19

自己管理ノートを見せるという人が最も多く40%、その他の管理手帳やグラフ表を用いている人が10%程度でした。血糖測定器からデータをパソコン等に読み取って確認してもらう人28%に比べ、アナログな方法での管理が多いようです。こうしたアナログな管理方法での改善点として、「記録が面倒くさい」「記録し忘れることがある」「記録を持参するのを忘れる」といった声や、「きちん

と治療に反映されているのか疑問」といった声が多く聞かれました。一方で「特に問題ない」という人も16%いました。

またパソコンに読み込んだデータを画面や出力で見ながら診察を受けるメリットを聞いたところ、8割以上の方が「グラフや表で、血糖の動きがわかりやすい」と回答。「先生の説明が理解しやすい」「食事や運動の血糖値への影響がわかる」「血糖管理の改善点が

つかみやすい」という意見も多く、医療スタッフが感じている手応えと同様の結果でした。

その他、「自分にあった治療をしてもらえる」「療養の頑張りがいを感じる」という声も。多少の手間や痛みを伴う血糖自己測定の結果が、グラフや表のわかりやすい形で見える化され、医療スタッフと共有されることで、患者さんの治療満足度につながっているのかもしれない。

### 患者さんの自由記述より

- グラフ化することが最重要！ 数値の変化が一目瞭然で、異常な数値が出た時に、食事内容、生活内容を見直すことができる。努力の結果が可視化されることで大きな励みになる。
- 測定記録を直接、先生へ送信できればノートへの記録やパソコンに写しかえる手間が省ける。
- 自己管理ノートは書き込み欄が狭いので、別に手書きの記録ノートを作成している。

【お詫び】「糖尿病情報BOX&Net. No.60 ネットワークアンケート60」(2019年4月1日発行)に誤解をまねきやすい表記がございました。「食べる順番で食後高血糖が改善」については、ご紹介した記事より以前の2010年に、今井佐恵子先生(京都女子大学教授)、梶山静夫(梶山内科クリニック院長)らが論文を発表しておられます\*。

\*今井佐恵子 ほか, J Japan Diab Soc 53(2):112-115, 2010.

### スマートフォンアプリについても聞いてみました

最近話題の、SMBGの結果をスマートフォンで管理するアプリ。

利用したことがある人は3割程度でしたが、約5割の人が、「興味がある」と回答しています。

