

糖尿病教室に関するアンケート 調査とその農家・非農家別考察

農協高岡病院

稲沢 由紀子 近藤 むつ子

細川 悦子 水名 紀代子

同 第一内科

北川 鉄人

承知のように、糖尿病の食事療法は患者自身にとっては健康長寿のための正しい日常生活を送るためのものにほかならず、またそれは決して療養生活というものではなく、一般人が模範とすべき生活様式でもある。当院に糖尿病教室がおそまきながら設定されるに至ってから丁度3年目になる。そのときより院内約束食事箋を実施し、さらに段階的(糖1~糖7)単位分類

による食事指導が毎週(金)PM1~2時まで一日として欠かされたことはなかった。糖尿病映画、大学からの講師による説明会、患者個人の食餌パターンの指導と記入、食品交換表の使い方と献立の作り方、さらにバイキングによる食事指導がそれである。にもかかわらず、今さらに食事指導のむずかしさを感じ、アンケート調査による反省を行なってみた。今回はとくに農・非農別検討を中心として考察を行なった。

当院における糖尿食

	熱量 cal	蛋白質 g	脂質 g	糖質 g	単位	群 I		II		III	IV	付録	
						1	2	3		4	5		6
						めし	果物	魚介類	肉類	肉	とうふ		牛乳
1	1,500	60	50	200	19.3	8	1	3		1.3	3	1	1
2	1,500	60	30	250	19.3	10	2	3		1.3	1	1	1
3	1,800	75	55	250	22.3	10	1.5	4		2.6	2	1	1
4	1,800	75	33	300	23.0	13	2	4		1.3	0.5	1	1
5	2,100	90	60	300	26.3	13	1	5		1.3	3	2	1
6	2,100	90	40	530	26.3	14	2	5		1.3	1	2	1

調査方法

(アンケート数と対象)

当病院第一内科へ昭和45年6月~昭和46年9月までの16ヶ月間の入院患者74人と外来患者52人、計126人

アンケートは返信用封筒を利用し送り、外来通院中患者には看護婦が直接聞いた。

(回収率)

126部中50部のみが回収され、この回収者(調査可能者)について以下表記する。

成績

()内は%

1) 当院の糖尿病教室に出たことがありますか。

	有	無
男31人	19(61%)	12(39%)
女19 "	14(74%)	5(26%)
計50 "	33(66%)	17(34%)

(出席回数)

1回——3人
2回——2人
3回——8人
4回——8人
5回——6人
6回——5人
11回——1人

出たことのない人の理由

- 知らなかった——3人
- 自覚症状がないから——4人
- 米食をよけいとらないので食生活に自信がある。
- 仕事の都合○忙しいから
- 肢体不自由で出れない

○無回答 —— 7人

※誰にでも出やすくするにはどうしたらよいですか

- 食事療法について個人指導する
- 回覧板を利用
- マスコミを通じて宣伝 ○糖尿病試食会
- 土曜日の午後 ○日曜日など○バイキング

2)当院以外で食事療法について説明してもらったことがありますか

有—— 6人で12%
無—— 44人で88%

(場 所) 富山日赤, 富山中央, 羽咋公立病院
小野診療所, 砺波市の巡回検診

3)糖尿病教室での説明内容がわかりますか

	男	女	全 体	農 家	非農家
わかりやすい	9 (47)	9(64)		6(60)	11(52)
少しわかる	7 (37)	4 (29)		3(30)	8 (38)
わかりにくい	2 (11)	1 (7)		1(10)	1 (5)
全然わからない	0	0		0	0
無 回 答	1 (5)	0		0	1 (5)
	19(100)	14(100)	33(100)	10(100)	21(100)

※どんな点がわかりませんか

- 食品交換表の使い方
- 単位, カロリー

※食事療法について誰の話が一番わかりやすかったか

医師—14人 栄養士—17人 看護婦—2人

4)食品交換について

指示された単位を知っていますか

教室に出席	男 31		女 19		全 体		農 家		非農家		無回答6
	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	
知っている	14 (74)	1 (18)	10 (71)	1 (20)	24 (73)	2 (11)	9 (90)	0 (62)	13 (25)	2	
知らない	5 (25)	11 (92)	4 (29)	4 (80)	9 (27)	8 (89)	1 (10)	5 (100)	8 (38)	6 (75)	
計	19 (100)	12 (100)	14 (100)	5 (100)			10 (100)	5 (100)	21 (100)	8 (100)	

5)一日の献立を表別分類できますか

()内は%

教室に出席	男 31		女 19		全体50		農 家		非農家	
	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
出 来 る	62 (32)	2 (17)	6 (43)	0	14 (28)	5 (50)	1 (20)	7 (33)	0	
少し出来る	9 (47)	2 (17)	6 (43)	1 (20)	18 (34)	3 (30)	0	10 (48)	3 (37.5)	
全然できない	4 (21)	2 (17)	2 (14)	1 (20)	9 (19)	2 (20)	1 (20)	4 (19)	2 (25)	
無 回 答	0	6 (49)	0	3 (60)	9 (19)	0 (60)	3 (60)	0 (37.5)	3 (37.5)	
計	19 (100)	12 (100)	14 (100)	5 (100)	50 (100)	10 (100)	5 (100)	21 (100)	8 (100)	

6)食品交換表の見方, 使い方がわかりますか

	わ か る	少 し わ かる	わ か ら ぬ	無 回 答
	10 (53)	2 (17)	7 (50)	0
	19 (38)	7 (70)	0 (48)	1 (12.5)
	6 (32)	0 (29)	4 (21)	1 (12.5)
	3 (15)	3 (25)	3 (21)	1 (25)
	0 (58)	7 (60)	0 (60)	3 (50)

7)自宅で自分にあった食事をとっていますか

	と っ て い る	と っ て い ない	無 回 答
	11 (58)	4 (42)	9 (60)
	26 (52)	15 (30)	4 (18)
	4 (40)	1 (20)	2 (20)
	0 (71)	1 (19)	2 (10)
	15 (71)	4 (20)	2 (10)
	5 (25)	1 (5)	2 (10)

とっていない理由

- 主食はできるが他はできない
- 外食が多いためむづかしい
- 眼が見えないから
- 入院中だから
- 不規則な生活

8)貴方の家族は糖尿病教室に参加されたことがありますか

本人が教室に出席	男 31		女 19		全 体 50	農 家 15		非農家 19	
	有	無	有	無		有	無	有	無
家族の人が出席したこと	1 (19)	2 (12)	1 (5)	0	4 (8%)	0	0	2 (10)	0
無	18 (100)	10 (100)	13 (100)	5 (100)	46 (92%)	10 (100)	5 (100)	19 (100)	6 (100)

9) 貴方の家族は糖尿病食事について理解し協力的ですか

はい	16 (84)	5 (42)	9 (64)	2 (40)	32 (64)	7	1	16	4
いいえ	2 (11)	2 (16)	4 (29)	0	8 (16)	3	1	3	1
無回答	1 (5)	5 (42)	1 (7)	3 (60)	10 (20)	0	3	2	3

10) 貴方は糖尿病食事療法をずっと続けられますか。

できる	13 (68)	5 (42)	9 (64)	2 (40)	29 (58)	6	1	15	5
続けられない	0	0	2	0 (14)	2 (4)	0	0	2	0
やってみないとわからない	4 (21)	3 (25)	3 (22)	0	10 (20)	3	2	4	1
無回答	2 (11)	4 (33)	0 (0)	3 (60)	9 (18)	1	2	0	2
計	19 (100)	12 (100)	14 (100)	5 (100)	50 (100)	10 (100)	5 (100)	21 (100)	8 (100)

11) 貴方は糖尿病と診断されてからずっと治療を受けていますか。

教室に出席	男 31 有19	女 12 無12	全体 50	農家 15	非農家 29
受けている	15 (79)	6 (50)	2 (40)	33 (66)	20 (69)
時々受けている	1 (5)	0 (14)	2 (6)	3 (6)	2 (7)
受けていない	1 (5)	4 (33)	1 (7.5)	3 (18)	4 (14)
無回答	2 (11)	2 (17)	1 (7.5)	0 (10)	5 (27)
計	19 (100)	12 (100)	14 (100)	5 (100)	50 (100)

12) 貴方は糖尿病以外にどんな病気がありますか。

	男	女	全体
心臓病	1人	1	2
高血圧	9	5	14
腎臓病	2	2	7
動脈硬化	4	3	9
肝臓病	8	1	3
胃腸疾患	3	0	3
貧血	1	2	
眼疾患	3	5	8
神経障害	4	2	6
その他			
なし	10	5	15

2つ以上の合併症をもった人—12人

考 察

この調査でまず痛切に感じたことは、前述のように毎週欠かされたことのなりの糖尿病教室—しかも医師—患者—栄養士—看護婦が一体となっているにもかかわらず、今回の回収率の悪さからみると、糖尿病教室とその指導の困難さをものがたっているようである。しかし、回答者のほとんど(66%)は糖尿病教室に出席して、その指導を受けており、この内の61%は4回以上出席者であることは糖尿病食事指導の回数を増えさせることにより、糖尿病食事に関する関心を深めさせることを如実にものがたるものであろう。

糖尿病教室の内容とその理解度について、次に触れてみよう。回答者のほとんどの人(88%)が教室に出ることにより、その指導者の説明内容を理解しているようであるが、特に6)の食品交換表そのものについての理解度は当然、教室に出た人のほとんど(73%)がそれが深いようで、出席していない人(11%)との差が著しい。農・非別にみると、非農家よりも農家の人の方が理解がよいように思われる。

自宅で自分に合ったような食事を実際の献立を作ってとっている人に対する調査は糖尿病教室の成果の判定として最も興味あるところであろう。教室の出席者のうちでとっている人は約半数(52%)みとめられ、この内の男女差はあまりない。(男58%, 女64%), 農, 非農別にみると、教室出席者の中で農家で40%, 非農家は71%となり、農家の人の食事療法の理解が深いにもかかわらず、それができにくいような状況にあるものと思われる。

このような状況の原因の一つには家族全体が糖尿病患者家族に対して理解し、協力的であるかどうかの問題となるのは当然であろう。8)よりみると、家族の人が糖尿病教室に出席していないのに、家族の人が食事について理解し協力的であるという結果も出ており、糖尿病教室の出席者の患者自身が家族へ説明しようとするような熱心さも必要であることを示している。そして、農, 非農別ではやはり、農家より非農家の方が少し協力が得られやすいといえよう。

糖尿病患者は診断されてから、ずっと中断することなく継続して治療することが絶対的条件であり、そのような患者の積極的な態度、むしろ意志に関する問題である。このような点に関するアンケート11)では教室出席者の男女とも7割が継続して食事療法を続けてきており、農、非農別にみると、農家(53%)より非農家(69%)の方が継続して食事療法をしているようである。

今回の調査では疾患の予後調査は行なわれなかったが、私共の外来の印象ではやはり農家の人に糖尿病コントロール不十分な人が多いようであり、このことの基本には今回の調査の結果よりみても、実際の食事療法の実行が非農家よ

り、農家の方が悪く、その継続性についても非農家より低いということに反映しているものと思われる。これはやはり、農家の労働力の忙しさや、健康に対する認識の不足によるものであり、食生活のアンバランスがひいては糖尿病に限らず肝臓病、貧血、肥満、動脈硬化などの疾患の発病にもつながるものでその食事療法の徹底の必要性を痛感するものである。

最後に私共が常時使用している段階的食品交換表と糖尿病患者の食事療法点検表を別記するが、一般の食事療法指導の参考になれば幸甚である。

設問式糖尿病療養生活点検シリーズ

I 療養指示の理解

- どんな治療を受けていますか。
 食じ療法だけ
 血糖を下げる飲み薬をもらっていますか。
 もらっている いない わからない
 インシュリン注射をしていますか。
 している いない わからない
- 糖尿病に「めし」と似た影響があると思われる食べものに○印をつけて下さい。
 バター・りんご・カボチャ・めざし・はちみつ
 あられ・牛乳・さとう・うどん・ビール
- あなたが食べてもよい主食の量は1日どれ位ですか。次の()の中に数字を入れて下さい。
 朝 () グラム 昼 () グラム
 単位 単位
 夕 () グラム
 単位
 又は めし 1回()杯を 1日()回
 パン 1回()枚を 1日()回

II 療養状況

- 体重を定期的にはかっていますか。
 はい いいえ
- 血糖の検査を定期的を受けていますか。
 はい いいえ
- はかり(秤)を台所か茶の間において食べものをはかっていますか。
 はい いいえ
- ごはんの1単位は何グラムですか。該当するものに○印をつけて下さい。
 55g 110g 220g
 わからない(家族が知っている)

- あなたが宴会に出席した場合
 アルコール飲料(酒・ビール・ウイスキー・その他)は飲まない。
 ビール(酒)を少し飲む。
 ウイスキーなら飲む。
 ジュースを飲む。
 宴会にはいかない。
 - 5~6枚位の「おかし」はからいものだから糖尿病にはさしつかえないと思う。
 はい いいえ わからない
 - 来客のときや子供のお守にお菓子をいっしょに食べますか。
 食べる 食べない お客がきても出さない
 - くだものはお・かたが水分だから、おやつにくらたべてもよいと思う。
 はい いいえ わからない
 - あなたの昼食はどうしていますか。
 家で食べる。
 弁当をもっていく。
 指示された量に近い外食料理を選ぶか減らして食べる。
 てきあいのものをそのまま食べる。
- #### III 療養効果の確認
- 次の各項目について、医師からどのように聞いていますか。
 体重=肥えすぎ・やせすぎ・丁度よい
 わからない(聞いていない)
 血糖
 空腹値=高すぎる・低すぎる・丁度よい
 わからない(聞いていない)

