

# おかやまDM ネット ジャーナル

OKAYAMA DM NET JOURNAL  
2025 the thirtieth issue

岡山県の糖尿病医療連携・チーム医療の深化を目指して

特集

## 糖尿病と認知症

連携医療機関紹介

最近のトピックス

糖尿病学会年次学術集会  
(岡山開催)

糖尿病医療の  
未来への架け橋

くすりのしおり

シックデイカードを  
知っていますか？



## 特集

## 糖尿病と認知症

岡山市立市民病院 脳神経内科

出口健太郎

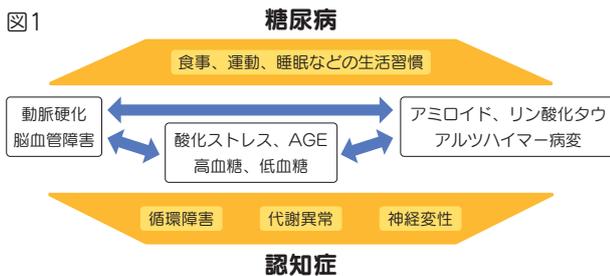


## 糖尿病による認知症の発症要因

糖尿病は高血圧とともに動脈硬化に関連した血管性認知症の危険因子と認識されてきたが、近年の疫学的研究や基礎研究から、アルツハイマー型認知症も発症しやすくなっていることが判明している。2型糖尿病による認知症の発症要因として、

- 1) アミロイド $\beta$ やタウのリン酸化を介したAlzheimer病(AD)病理の促進
- 2) 動脈硬化や脳血管障害
- 3) 糖代謝異常(糖毒性、酸化ストレスならびに終末糖化産物等)

などが挙げられ、これらの要因により、糖尿病は認知症の発症リスクを約2倍高めると考えられる(図1)。しかし、これらの要因が寄与する割合は個々の症例で異なり、血管性病変やAD病理を有する病変ではなく、糖代謝異常が深く関与している糖尿病性認知症と呼ばれる病型も、糖尿病を伴う認知症の約10%程度を占めるものと推測され<sup>1)</sup>、その対応には主に以下のことが求められる<sup>2)</sup>。



羽生春夫：老年期認知症研究会誌 Vol21 No6 54-56 2017を一部改変

## 1. 認知機能障害の早期発見

認知症全般で、早期発見は重要なポイントである。もの忘れといった記憶力低下だけでなく、インスリン注射などの治療がうまくできていないなど、遂行機能の低下を反映した症状に注意し、認知機能が疑われる場合には、積極的に認知機能検査を実施する。

## 2. 適正な血糖コントロール目標の設定

高齢者を、記憶、時間見当識、手段的ADL(買い物、交通機関の利用、金銭管理)、基本ADL(トイレ、食事、移動)の8つの質問を4段階で評価し、合計するDASC-8で評価し、認知機能ADLも正常な群をカテゴリーI、MCIや手段的ADL低下を含む群をカテゴリーII、中等度以上の認知症または基本的ADL低下群をカテゴリーIIIとして分類する。後期高齢者でカテゴリーIとカテゴリーIIの目標値はHbA1c 8.0%未満で下限値は7.0%、カテゴリーIIIの場合の目標はHbA1c 8.5%未満で目標下限値はHbA1c 7.5%である。

## 3. 治療の単純化、低血糖・シックデイ対策

認知機能障害を合併した糖尿病患者の薬物治療では、服薬アドヒアランス低下に対する対策と低血糖等の有害事象を防ぐ治療等に配慮が必要である。①服薬数や回数を減らす、②服薬のタイミ

ングを統一する、③一包化する(スルホニル尿素(SU)薬は除く)、④配合薬の利用等を考慮する。2型糖尿病患者における複数回のインスリン注射の単純化の場合では、インスリン単位数を減らし、注射の方法を一日1回の持効型インスリンとDPP-4阻害薬等の経口血糖降下薬の併用、週1回GLP-1受容体作動薬の注射などを考慮する。主介護者の家族も高齢でうまくできないことが多いことなども考慮し、服薬確認をヘルパーや訪問看護師に依頼し、服薬カレンダーや服薬ボックスなどを使用して服薬環境を整える。重症の低血糖は認知症発症の危険因子となるため、低血糖の起こりにくい薬剤選択を行う。高齢者では、シックデイの際に重症低血糖、高血糖、脱水になりやすく、シックデイや低血糖の対処法をあらかじめ患者および介護者に説明することが大切である。

## 4. フレイル対策

認知機能障害を伴った糖尿病患者では、食事、運動ならびに社会参加等のフレイル予防の対策を行うことが大切である。運動療法では、インスリン抵抗性、血糖ならびに筋力を改善すると報告されており、少なくとも週2回以上の歩行などの有酸素運動が勧められる。

## 5. 生活習慣病、メタボリックシンドローム、睡眠障害などへの対応

糖尿病患者では、高血圧、脂質異常症、肥満なども合併していることが多く、それぞれが認知症発症リスクとなりうる。また、睡眠時無呼吸症候群も、糖尿病の悪化だけでなく、認知症発症に関連があるとされており、ポリソムノグラフィーによる検査やCPAP療法の導入などの積極的な治療を検討する。睡眠時間の確保は、糖尿病と認知症発症のいずれも関連があるとされており、いずれも7時間の睡眠が推奨される<sup>4)</sup>。

## 6. 介護者の負担軽減と社会資源の活用による地域連携

こうした治療を行う際には、専門医とかかりつけ医が連携し、地域の看護師、薬剤師、栄養士、ケアマネジャー等の医療と介護の多職種チームで取り組むことが、患者および介護者のQOLの維持・向上のために最も大切である。

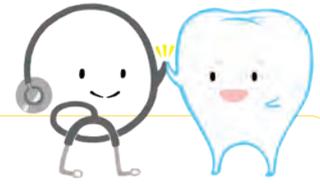
2024年から、アルツハイマー型認知症の新たな保険適用となった抗アミロイド抗体療法も、糖尿病性認知症では、AD病理が背景に目立たないことも多いため、適用にならない事例も経験される。食事、運動、睡眠といった基本的な生活習慣に留意し、糖尿病の発症抑制ならびにそのコントロールが、認知症対策で最も重要であることは言うまでもないが、この当然のことが案外難しいと筆者も痛感し、日々反省している。

1) 羽生春夫：老年期認知症研究会誌 Vol21 No6 54-56、2017

2) 荒木厚：日本内科学会雑誌110巻4号 761-768 2021

3) 日本老年医学会、日本糖尿病学会編・著：高齢者糖尿病診療ガイドライン2017。南江堂、東京、2017、43-48。

4) 刑部 彰一ら：日本内科学会雑誌 110巻4号 753-760 2021



## 糖尿病診療における医科歯科連携のすすめ

1993年に米国にて「歯周病は第6の糖尿病合併症である」と言われてから30年近く経過しました。糖尿病学会の刊行物においても、合併症または併発症として歯周病の項目が設けられており、糖尿病診療ガイドライン2024では「歯周病は、歯の周囲に堆積したデンタルプラーク内の歯周病原細菌を主とした細菌群の感染による炎症疾患である。歯周病は日本人の中老年において約70%で罹患が認められ、抜歯の主要な原因となる口腔内疾患である。糖尿病における歯周病罹患率は高く、また1型・2型糖尿病ともに優位に悪化している」などと記載されています。令和4年度の歯科疾患実態調査では、歯肉に歯周病の所見を有する者の割合は40歳以上で約40%以上、また4mm以上の歯周ポケットを有する進行した歯周病罹患が認められる者の割合は、35～45歳で約35%、45～55歳で約43%、55歳以上で約50%であり、高齢になるにつれて高くなる、という結果でした。その一方で、2型糖尿病において歯周病治療は血糖管理の改善に有効で推奨されるものである、ということも分かっています。

このように糖尿病診療において歯周病治療の重要性が分かっており、令和6年度の診療報酬改定では、生活習慣病管理料(Ⅰ)(Ⅱ)の要件が見直され、糖尿病では「歯科医師、薬剤師、看護師、管理栄養士等の多

職種と連携することを望ましい要件とするとともに、糖尿病患者に対して歯科受診を推奨することを要件とする」と記載されました。

岡山県では、以前より医科歯科連携シートを作成し、歯周病治療の呼びかけを行ってきました。現在もおかやまDMネットのサイトでPDFファイルをダウンロードすることが可能です。またJADEC(旧日本糖尿病協会)が発行している糖尿病連携手帳においても、日頃の血液・尿検査の結果を記入するページや網膜症など眼の状態を記入する眼科の記入欄に加え、歯周病など口腔内の状態を記入する歯科の記入欄が設けられています。これらに加え、今回、糖尿病診療における医科と歯科の診療情報提供書・診療情報連携共有書のひな型を、岡山県医師会、岡山県歯科医師会と協力しながら新たに作成しました。

生活習慣病管理料の算定を機に歯科受診の有無を確認し、歯科との情報共有を行っていただけますと幸いです。また医科歯科連携シートの裏面に掲載されている歯周病チェックシートで点数をつけ、黄色信号(5～9点)、赤信号(10点以上)であれば歯科へ紹介していただいてもよいかと思えます。糖尿病診療における医科と歯科の連携が今後より活発に行われるよう、尽力していきたいと思えます。

### 歯周病チェックシート

チェック項目	✓	点数	
1 ● 朝起きたとき口の中がねばねばする		1	歯周病が疑われる症状
2 ● 口臭があるとされたことがある		1	
3 ● 食事のあと、歯の間にものがはさまる		2	
4 ● 歯肉から出血することがある		3	歯周病の代表的症状
5 ● 歯肉がはれることがある		4	
6 ● ぐらつく歯がある		5	
7 ● あまり歯磨きをしない		1	歯周病にかりやすい要因
8 ● タバコをよく吸う		1	
9 ● 歯科医院には歯が痛いときしか行かない		1	
10 ● ストレスを感じることが多い		1	
11 ● 骨密度が低いと言われたことがある		1	

0点

青信号



→今は歯周病の心配はありません。しかし、歯周病のごく初期には自覚症状が少ないので、歯科医院などで定期的に検査を受けてみましょう。

1～4点

青～黄色信号



→歯周病になっているか、なりやすい要因を持っています。ていねいな歯みがきと定期的な歯科健診を受けましょう。

5～9点

黄色信号



→歯周病にかかっている可能性大。歯科を受診してみてください。専門的な指導を受けて歯みがきもしっかり行いましょう。

10点以上

赤信号



→歯周病がかなり進行している可能性があります。必ず歯科を受診し、進行しないよう毎食後ていねいに歯をみがいてください。

岡山県糖尿病医療連携推進事業「医科歯科連携シート」

医科歯科連携ツール(診療情報提供書・診療情報連携共有書、医科歯科連携シート)はおかやまDMネットウェブサイトに掲載しています

<https://www.ouhp-dmcenter.jp/project/dm/ikashika/sheet/>

## 医療法人社団清和会 笠岡第一病院

内科診療部長・透析統括部長 ● 原田和博

当院は常勤内科医および非常勤糖尿病専門医が眼科、歯科、形成外科、血管外科と連携しながら、全身管理の充実を目指した糖尿病診療を行っています。また、多職種による糖尿病サポートチームを中心に、教育入院、フィットネス、糖尿病に関する啓発活動を行っています。糖尿病看護認定看護師1名、CDEJ7名、おかやま糖尿病サポーター10名取得しています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00~受付者終了まで (受付 8:00~12:00)	○	○	○	○	○		
午後 15:00~受付者終了まで (受付 13:00~17:00)					○		

糖尿病専門医の診察：火・水・金曜 9:00～  
内科糖尿病担当医の診察：月・水・木曜 9:00～、金曜15:00～

- 住所 〒714-0043 笠岡市横島1945
- TEL 0865-67-0211
- FAX 0865-67-3131
- 休診日 月曜～木曜の午後、土曜、日曜、祝日
- HP <https://www.kasaoka-d-hp.or.jp/>



## 専門施設

## 社会医療法人水和会 水島中央病院

糖尿病内科部長 ● 鈴木貴博

当院ではプライマリーケアから二次救急まで倉敷市南部（水島、児島、玉島）において地域に密着した医療を提供しています。糖尿病診療においては、一人ひとりの病態に応じて食事運動療法を基本に経口薬、注射薬による血糖コントロールを行っています。治療の大幅な見直しが必要な場合は2週間の入院により医師、看護師、薬剤師、管理栄養士が連携して集中的な治療にあたります。現在糖尿病で治療中であっても合併症が心配な方、健診で高血糖と言われた方など、当院の内科外来までご相談ください。糖尿病の慢性期合併症については当院脳神経外科、循環器内科、眼科、歯科と連携しています。近隣の総合管理医療機関（かかりつけ医）とも連携しています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 8:40~12:00 (受付 8:00~11:30)	○	○	○	○	○	○	
午後 14:00~17:30 (受付 11:30~17:00)	○	○	○	○	○		

時間外・日曜祝日の対応：終日の対応(定められた診療時間外でも急患等の診療が可能)

- 住所 〒712-8064 倉敷市水島青葉町4-5
- TEL 086-444-3311
- FAX 086-446-0993
- 休診日 土曜午後、日曜、祝日
- HP <https://suiwakai-mch.or.jp/>



# 歯科施設

## 浦上歯科医院

院長 ● 浦上 清

糖尿病連携手帳を持参する患者さんが時々いらっしゃいます。「HbA1cはどのくらいですか？ 変化はありますか？」とすぐお聞きするようになりました。当院では、歯科衛生士を中心とした歯周病治療によって、患者さんの糖尿病のコントロールに貢献できれば、と考えて日々診療を行っています。また、訪問診療においても残存歯、義歯を含めた細菌コントロールに努めています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:00~12:00 (受付 8:30~12:00)	○	○	○	/	○	○	/
午後 14:00~18:30 (受付 13:30~18:30)	○	○	※	/	○	※	/

※ 水曜午後 診療時間14:00~17:30(受付13:30~17:30)  
土曜午後 診療時間14:00~16:00(受付13:30~16:00)

- 住所 〒708-0052 津山市田町5-1
- TEL 0868-24-3993
- FAX 0868-24-3993
- 休診日 木曜、日曜、祝日



## 鏡野町国民健康保険 上齋原歯科診療所

所長 ● 澤田弘一

総合福祉センター内に内科診療所と共にあり、鏡野町が運営しており、歯科医師は常勤医・非常勤医を岡山大学病院(歯周科)から派遣してもらっています。常勤医は日本歯周病学会専門医および指導医であり、歯周病と糖尿病の関係について精通しているため、岡山大学病院および内科診療所と緊密な関係の中で、口腔領域から糖尿病患者さんの管理を行っています。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
午前 9:30~12:00 (受付 9:00~11:30)	○	○	○	/	/	○	/
午後 13:00~17:45 (受付 13:00~17:15)	○	○	○	/	/	※	/

※土曜午後 診療時間13:00~17:00(受付13:00~16:30)

- 住所 〒708-0601 苫田郡鏡野町上齋原480-1
- TEL 0868-44-2526
- FAX 0868-44-7354
- 休診日 木曜、金曜、日曜、祝日



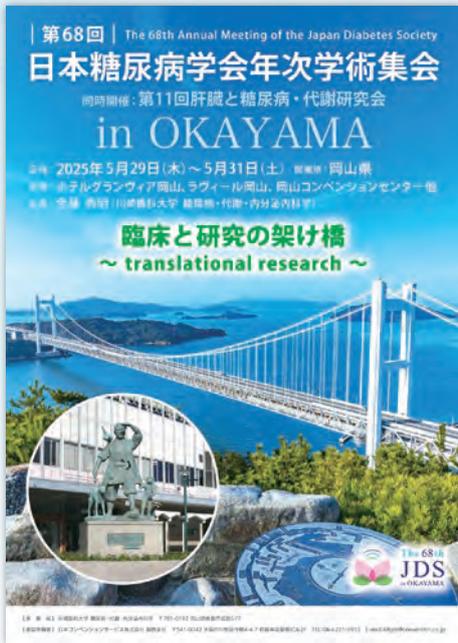
# DM

最近のトピックス

# Topics

## 糖尿病学会年次学術集会(岡山開催) 糖尿病医療の未来への架け橋

第68回日本糖尿病学会年次学術集会 会長  
川崎医科大学 糖尿病・代謝・内分泌内科学 教授  
金藤 秀明



この度、2025年5月29日(木)～5月31日(土)の3日間にわたり、第68回日本糖尿病学会年次学術集会を岡山駅周辺にて開催いたします。本学会は、例年約1万人の医師およびその他のメディカルスタッフが参加し、日々の診療や基礎・臨床研究の成果を発表し、そして深く議論し、最新の糖尿病医学および医療を互いに理解するとともに未来へつなげる努力を積み重ねてきています。



今もなお糖尿病医療は日進月歩で進化しており、インクレチン関連薬とSGLT2阻害薬を中心に血糖管理や合併症の発症進展予防に関するエビデンスも集積され、新規インスリン製剤、高機能インスリンポンプ、持続グルコースモニタリング(CGM、FGM)機器なども登場し、チーム医療の実践も着実に前進しています。一方で、超高齢社会や肥満者の増加に伴い、古典的合併症のみならず、サルコペニアや骨粗鬆症、認知症などのフレイル、悪性腫瘍、代謝異常

関連脂肪性肝疾患、2型糖尿病発症の若年化など解決すべき課題は残されています。また、少なからぬ人が、糖尿病に関する誤解や理解不足を原因としたいわれのない社会的差別や偏見(スティグマ)に苦しんでいます。このような課題を解決するには、臨床で得られた疑問を研究で検証し、研究で得られた結果を臨床に応用することが重要であることから、今回のテーマは「臨床と研究の架け橋 ~ translational research ~」とさせていただきます、そのテーマに込めた思いを共有していただけるよう、さまざまなセッション・イベントを開催する予定です。多くの方々のご参加をお待ちしております。

**会期** 2025年5月29日(木)・30日(金)・31日(土)

**会場** ホテルグランヴィア岡山、ラヴィール岡山、岡山コンベンションセンター、ANAクラウンプラザホテル岡山、岡山県医師会館(三木記念ホール)、岡山シティミュージアム

**学会ウェブサイトURL** <https://site.convention.co.jp/68jds/>

### 企画「糖尿病とともに生活する人々の声をきく」

本企画は、第67回日本糖尿病学会年次学術集会にて始まった、医療従事者と糖尿病とともに生活する方々の交流企画です。糖尿病とともに生活する方々が抱えている課題を発信する場を作り、糖尿病とともに生活する方々で思いを共有するだけでなく、医療従事者を交えた活発な対話を通して、今後の課題と一緒に考えるシンポジウムとする予定です(定員上限あり)。

本企画への参加には事前参加登録が必要です。参加希望の方は、学会ウェブサイトの事前参加登録ページより事前登録いただきますようお願いいたします(当日参加は受け付けておりません)。



## おokayama糖尿病サポーター交流会を開催しました

今年度は、新たな試みとして「おokayama糖尿病サポーター交流会」を開催しました。地域での顔が見えるネットワーク作りを目的とし、交流会を通して疑問や悩みを共有し、情報交換することで元気をもらって帰っていただきたいという願いを込めて企画しました。

今年度は新見、東備、倉敷の3つの地域で開催しました。看護師をはじめ、様々な職種のメディカルスタッフに参加いただき、多彩な職種の顔ぶれでフリートークを楽しみました。最新のデバイスのミニレクチャーや使用体験では、参加者自身がCGMを装着するなど熱心に取り組んでいました。参加者からは「色々な施設や職種の現状や体験を聞いて良かった」「サポーターの活躍を知ることができ、参考になった」「困ったときに相談できる仲間がいると心強いので交流会は続けてほしい」「楽しかった、また参加したい」などの声



が寄せられ、好評でした。

今後も糖尿病サポーターの方々の身近な場所で開催してまいります、皆さまのご参加をお待ちしています。



## シックデイカードを知っていますか？

岡山済生会外来センター病院 薬剤部 樋口 信子



令和4年に一般社団法人日本くすりと糖尿病学会がシックデイ指導のツールとしてシックデイカードを作成しました。シックデイカードは糖尿病連携手帳やお薬手帳に挟んで携帯でき、患者さんが体調を崩したときにそれを見ることで、事前に指示を受けた薬の服用量を含めた対応がわ

かる内容となっています。第2版が令和6年10月15日に一般公開され、誰でも簡単にダウンロードすることができるようになりました。

地域での重要な連携ツールとして活用でき、シックデイで困る患者さんや医療者が減ることが期待されています。ぜひご活用ください。

### シックデイ時の基本的な対応

- 保温と安静を心がけましょう。
- 十分に水分を摂り、脱水を予防しましょう。
- 口当たりがよく消化のよい食物（ジュース、スープ、おかゆ、うどん、アイスクリーム、ゼリー状栄養食品など）で水分・炭水化物を摂りましょう。
- 体温と、可能ならこまめに血糖自己測定をして、血糖値と病気の状態を確認しましょう。
- 食事量により糖尿病薬、インスリン量の調整が必要な場合があります。
- 改善がなければ早めに主治医に連絡してください。

**主治医にシックデイ時の対応について確認しておきましょう。**

発行：一般社団法人日本くすりと糖尿病学会  
初版 2022年9月  
第2版 2024年10月

### こんな時は主治医に連絡

- 下痢、嘔吐、腹痛などの消化器症状が強い
- まったく食べられない、もしくは著しく少ない
- 高熱が続く
- 高い血糖値 (350mg/dL 以上) が続く又は、のどの渇きがひどく、水分をたくさん飲み、尿がたくさん出る
- インスリン注射や飲み薬の量で自己判断に迷う時

**シックデイ時の食事量による薬の調節**

「日量」 1日量 2日量 3日量 4日量 5日量 6日量 7日量 8日量 9日量 10日量

「食事量」 1日量 2日量 3日量 4日量 5日量 6日量 7日量 8日量 9日量 10日量

「血糖値」 1日量 2日量 3日量 4日量 5日量 6日量 7日量 8日量 9日量 10日量

「症状」 1日量 2日量 3日量 4日量 5日量 6日量 7日量 8日量 9日量 10日量

「薬の量」 1日量 2日量 3日量 4日量 5日量 6日量 7日量 8日量 9日量 10日量

日本くすりと糖尿病学会「シックデイカード」

シックデイカードのダウンロードはこちらから <https://jpds.or.jp/sick-day-card/>

令和6年度岡山県糖尿病性腎症重症化予防シンポジウム(国保ヘルスアップ支援事業)

# 糖尿病性腎症の 克服を目指して

ハイブリッド形式

 Web  
定員300名
  会場  
定員100名
参加費 **無料**

日時 令和7年

1月12日(日) 13:00~15:25

定員 Web:300名 会場:100名

会場 岡山県医師会館(岡山市北区駅元町19-2)

対象 医師・メディカルスタッフ・行政職員

## プログラム

総合司会:岡山県医師会 会計担当理事 佐藤 正浩  
 座長:岡山大学 名誉教授・特命教授/岡山県糖尿病対策専門会議 会長 四方 賢一  
 岡山済生会総合病院 糖尿病センター長 中塔 辰明

13:00~13:15 開会挨拶 岡山県医師会 会長 …………… 松山 正春 岡山県保健医療部 部長 …… 梅木 和宜  
 川崎医科大学 名誉教授/岡山県糖尿病対策推進会議 会長 …………… 加来 浩平

13:15~13:45 講 演 「岡山県糖尿病性腎症重症化予防プログラムの  
 アウトカム結果と改定案」  
 岡山大学病院糖尿病センター 助教 …………… 和田 高平

13:45~14:05 講 演 「特定保健指導の実際」  
 淳風会健康管理センター保健指導部 部長 …………… 遠藤 恵子

14:05~14:15 休 憩

14:15~15:00 講 演 「我が国の糖尿病関連腎臓病 -過去・現在・未来-」  
 滋賀医科大学 糖尿病内分泌・腎臓内科 教授 …………… 久米 真司

15:00~15:20 質疑応答

15:20~15:25 閉会挨拶 岡山大学 名誉教授・特命教授/岡山県糖尿病対策専門会議 会長 …………… 四方 賢一

事前申込制

申込みはウェブサイトからどうぞ!

おokayamaDMネット

検索

<https://www.ouhp-dmcenter.jp/project/>

単位:岡山県医師会生涯教育講座、日本糖尿病協会療養指導医取得のための講習会申請予定  
 おokayama糖尿病サポーター更新研修会B

主催:岡山県糖尿病対策専門会議、岡山県 共催:公益社団法人 岡山県医師会、岡山県糖尿病対策推進会議

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。今回の特集は「糖尿病と認知症」をテーマとし、糖尿病による認知症の発症要因や糖尿病を伴う認知症への対応について紹介いただきました。また昨年は医科歯科合同研修会や糖尿病サポーター交流会など新たな企画を立ち上げましたが、いずれも盛会となりましたこと、御礼申し上げます。今後も県内で活発な連携、交流が行われることを期待して取り組んでまいりたいと思いますので、よろしくお願い申し上げます。(和田高平)