

2017年5月・夜間糖尿病教室記念行事

2017年度の『5月夜間糖尿病教室・記念行事』は、5月25日（木）18：30～20：00、当院本館2階・第1会議室にて開催いたしました。今回の内容は、

①患者さんの体験発表 浅川 裕子さん

『怖さを知った糖尿病、合併症のない未来に向けて』

②『もう飲めない！ジュースの中に隠れた砂糖の量』 栄養士・看護師

③ちょっと一息、リラックス体操 理学療法士

④コカリナ演奏 演奏：平松夕佳 先生 特定非営利活動法人 日本コカリナ協会公認講師
にて行いました。

早目に来院された患者さんで希望者には、血圧測定や血糖測定を毎回行っています。

参加者は糖尿病患者さんのみではありません。

こういう機会に自分の血糖や血圧を確認しておくことはとても大切なことです。

18：30分となりました。

梅岡先生の開催の挨拶で、いよいよ記念行事スタートです。



★第1部は、患者さんの体験発表でした。お話してくださったのは、浅川裕子さんです。

浅川さんは約1年前に初めて糖尿病と診断されました。

朝方に呼吸困難を訴え、当院に救急搬送されました。

胸のレントゲン・肺音・心音も特に異常なし。心臓の機能も保たれ、心電図などにも異常はありませんでしたが、採血で血糖が500 mg/dLを超え、血糖のコントロール状況を示すHbA1cは16%を超えていました。尿ケトン体は3+で、糖尿病性ケトアシドーシスという状態でした。呼吸困難などの症状が強く一般病棟ではなくHCUという重症病棟に入院となりました。（自分はこれからどうなってしまうんだろう）という死の不安におびえながら不安な日々を過ごし、後悔ばかりが頭をよぎったそうです。これからのことを考えると不安で何度も泣きました。「つらい時期に寄り添ってくれた看護師さんに救われた。」とおっしゃいました。



浅川さんは主治医・看護師の説明をよく聞かれ、学習されました。「急激な血糖コントロールは目に悪いことも知っていたが…」現在、目に問題がなさそうであったため生活習慣を変更し、血糖コントロールに頑張りました。約1か月後にはHbA1cは9.6%、2か月後には6.5%、3か月後には5.5%となり、以後5.4～5.5%を維持されていました。現在はインスリンも薬も中止になり食事と運動のみの治療ですが、それでもHbA1cは変わらず5.4～5.5%で維持できている患者さんです。それは主治医も驚くほどです。

記念行事・当日、会場には主治医の宮本先生も駆けつけ、頑張った患者さんにエールを送りました。主治医と患者さんの「いい関係性」を見ることが出来ました。



また、私たちが一番うれしかったのは、最高の誉め言葉をいただきました。

それは、「救急車で運ばれたのが、済生会松山病院でよかった」「自宅から病院まで遠かったけど、一度も病院を変わりたいと思っことはなかった」という言葉でした。涙が出そうなくらいうれしかったです。当院の看護部の理念は、まさに『この病院を選んでよかった。そんな看護を目指します』です。当日記念行事に参加していた看護部長も、「とても嬉しかった」と言われました。浅川さんのお話は聞いていた人の胸をうち、感動を与えたと思います。糖尿病患者の皆さん、一緒に頑張っていきましょう！！

★第2部は、『もう飲めない！ジュースの中に隠れた砂糖の量』でした。これは栄養士・看護師のコラボで行いました。これから暑くなってくると、ジュースなどがほしくなる時期です。それに先立ち企画を行いました。クイズを交えながら、ジュースに隠れた砂糖の量をみんなで予想しました。



「ジュースが飲みたいばかりに、少なめに予想した」という患者さんの言葉に、会場は笑いに包まれました。きっと、同じ意見の人が多かったのだと思います。また会場のあちらこちらで、「え〜、こんなに入っとるの？ もう飲めないね〜」という声が聞かれました。

『この声が聞きたかった！！』この言葉が聞かれたら、この企画は大成功でした。クイズで高得点をとってくださった3名の方には、ささやかなプレゼントをお渡しいたしました。

★ここで、『ちょっと一息、リラックス体操』理学療法士の声に合わせて、体の緊張をほぐしました。



第3部は、『コカリナ演奏』でした。演奏してくださったのは、特定非営利活動法人 日本コカリナ協会公認講師の 平松夕佳 先生でした。

皆さん最初は、「オカリナの間違いでは…」と思われた方も多かったようです。

コカリナとは、「桜の木でできたオカリナ」と呼ばれ、東欧ハンガリーの民族楽器を改良し、日本で作られたオカリナに似た木製の楽器だそうです。種類も多く、それぞれに音色が微妙に異なり、会場は終始シ〜ンと静かでした。皆さん息をころすように静かに聞き入り、聞こえるのは演奏が終わるごとの拍手のみでした。なんと素朴できれいな音色でしょうか。このまま眠ってしまいたいような心地よい演奏でした。

「また、聞きたいね〜」という声が、会場から聞こえてきました。



全てが終了し、梅岡先生の総評・閉会挨拶で終了となりました。

『素敵な出会い』が出来ました。浅川さんと出会って、とても良い体験を聞くことが出来ました。平松先生との出会いで、こんな素敵なココリナ演奏を聴くことが出来ました。また明日から頑張ろうという活力になりますね。



当院の糖尿病教育のモットーは、『患者さんに勇気と元気を持ち帰っていただく糖尿病教育』です。

「よかったね～」と言いながら帰られる患者さんを見送りながら、「元気になったな…」と胸をなでおろしました。

次回の記念行事は、11月の全国糖尿病週間行事として行います。

また、皆さんが元気になれるような内容を、糖尿病スタッフ全員で企画いたします。お楽しみに。日が近づきましたら、院内掲示・ホームページにも掲載いたします。

糖尿病スタッフ一同
2017年6月