

奈良市糖尿病性腎症 重症化予防プログラムについて

奈良市総合医療検査センター

奈良市糖尿病性腎症 重症化予防プログラムとは



目的

糖尿病性腎症の重症化を予防し、透析治療に移行しないことを目指す（平成28年度から開始）

対象

奈良市国保・協会けんぽ加入者のうち

- ①特定健診、レセプト等データを解析して抽出した方
（保険者が対象者リストを作成）
- ②かかりつけ医が推薦した方
（糖尿病性腎症第2期、第3期、第4期）

内容

かかりつけ医の治療、通院を継続しながら6ヶ月間
保健師や管理栄養士などから保健指導を受ける

奈良市糖尿病性腎症重症化予防プログラム

(令和5年度)

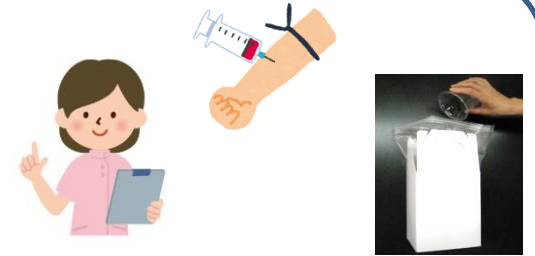
保険者



かかりつけ医



医師会/検査センター



検査(血液、随時尿、蓄尿)
保健指導

対象者リスト

1

参加依頼

2

推薦

病期レポート報告

4

保健指導依頼

5A

指導報告書

3 事業委託

5B 併診依頼

(病期レポートの活用)

腎臓専門医



保健指導
参加同意

保健指導実施

患者



治療継続

かかりつけ医を
中心に医師会
(検査センター)
がサポート

参加方法

糖尿病性腎症重症化予防のための保健指導
(生活習慣指導、食事栄養指導)が必要と
思われる方をご推薦ください

- ① 奈良市医療政策課又は協会けんぽ奈良支部
より対象者通知のあった方
- ② 通院中の患者さんで糖尿病腎症が疑われる方
(奈良市国保・協会けんぽ加入者[被保険者・扶養者]に
限る)

※糖尿病性腎症第2期の方もご推薦いただけます

説明用資料

患者さんへの説明に
ご活用ください

対象となる
患者さんを
ご紹介ください

奈良市糖尿病性腎症重症化予防プログラム

2023年度版

保健指導を受けてみませんか？



糖尿病治療中の方で、腎臓のはたらきが悪くなってきている可能性がある方が対象です
糖尿病合併症の悪化を防ぎ、ご自身の腎機能を長持ちさせ、透析導入を遅らせることを
目指しています



かかりつけ医に **ご相談** ください

※対象は奈良市国民健康保険 または 協会けんぽ加入者(被保険者、扶養者)の方

このプログラムの特徴

その① 専門職による6カ月間の個別サポート

管理栄養士、保健師による個別面談や通信支援(電話・メール・LINE)を受けることができます
かかりつけの医療機関での通院治療を続けながら、食事や運動
など生活全般をサポートします



〇〇がいいって聞いただけでホント？

減塩ってどうしたらいいの？



毎日の生活で気になること、不安なことなどを
お気軽にご相談ください!

その② どれだけ塩分をとっているか検査できる

自宅でできる「24時間蓄尿検査」を実施しています

普段の食事で摂取している塩分・たんぱく質の量を
「見える化」し、取り組むポイントがイメージしやすくなります

この検査では、1日にどのくらい尿蛋白が出ているかもわかるので、腎機能の評価にも役立ちます



その③ 自己負担金はゼロ!無料で受けられる

この保健指導に関わる費用の自己負担金はありません

(来所にかかる交通費は除きます)



※このプログラムに参加する場合は、かかりつけ医の推薦が必要です
※加入している健康保険によってはご参加いただけない場合があります

プログラムの流れ①

対象者通知
(リスト)

患者紹介
(推薦)

推薦の場合**資格確認**(奈良市医療政策課・協会けんぽ奈良支部へ)

患者さんへの説明(様式①)、同意

参加申込

推薦・同意書への記入(様式②)

提出(当センターへ、10月末日×切予定)

※定員あり

事前検査
報告

当センターにて事前検査実施
(血液、随時尿、蓄尿)

事前検査結果、病期レポート(様式③-1)報告

プログラムの流れ②

結果説明
保健指導
指示

医院にて**結果説明**（病期レポート 様式③-2）

保健指導指示書記入（様式④）
提出（当センターへ）

専門医受診（併診）依頼の場合は
診療情報提供書記入（様式⑤）
紹介先医療機関受診日時予約

保健指導
実施

専門医受診

当センターにて最終検査実施
（血液、随時尿、蓄尿）

報告

面談後、「保健指導報告書」をお届けします
（面談回数は患者の病期、希望により個別対応）

病期レポート

医療機関用

様式③-1

年 月 日

奈良市糖尿病性腎症
重症化予防プログラム

《 病期レポート 》

患者氏名 _____ 様 生年月日 _____ 性別 _____

検査日 ()	
血清クレアチニン	mg/dl
GFR(eGFR)	ml/分/1.73m ²
尿アルブミン値	mg/gCr
尿蛋白定性	
尿蛋白/Cre比	g/gCr
血糖(随時)	mg/dl
HbA1c(NGSP)	%
畜尿日 ()	
畜尿クレアチニン	g/day
蛋白定量[尿]	mg/dl
一日蛋白量[尿]	g/day
食塩摂取量	g/day
タンパク質摂取量	g/day
糖尿病腎症病期は	です
CKD重症度分類は	です

糖尿病腎症病期分類

病期	尿アルブミン値 あるいは尿蛋白値	GFR (eGFR)
第1期(腎症前期)	正常アルブミン尿	30以上
第2期(早期腎症期)	微量アルブミン尿	
第3期(顕性腎症期)	顕性アルブミン尿 あるいは持続性蛋白尿	
第4期(腎不全期)	問わない	30未満
第5期(透析療法期)	透析療法中	

CKD重症度分類

GFR区分		尿蛋白区分		
		A1	A2	A3
GFR区分	G1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	G2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	G3a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	G3b	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	G4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	G5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CKDの重症度は死亡、末期腎不全、心血管死亡発症のリスクを基準に、■、■、■の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する

【保健指導について】

いったん低下した腎機能を回復させるのは困難とされています。しかし、血糖・血圧管理に加えて、食事療法(減塩・適量のたんぱく質摂取)などにより、透析導入を遅らせることが出来ます。場合によっては、腎症の進行速度を遅らせ、加齢性変化に近づけることも可能です。

このプログラムでは、管理栄養士等が患者様に合った生活習慣改善のサポートをさせていただきます。

【専門医受診について】

紹介基準は裏面をご覧ください。・・・専門医紹介の場合は、別紙「診療情報提供書」をご利用ください

奈良市総合医療検査センター(メディカルなら) TEL 0742-33-7876

保健指導担当: 堀江・古屋・谷口・中川

事前検査結果を基に作成

患者さんの病態把握

結果説明

保健指導指示

専門医受診



かかりつけ医をサポート

24時間蓄尿検査（ユリメジャー法）

食事療法の「見える化」
具体的な減塩指導が可能

蓄尿検査は正確に
尿を取ることが重要



担当者が検査方法を
丁寧に説明

蓄尿手順

①蓄尿用箱を組み立てる



②中袋をセットする



③防腐剤の中の白い錠剤（4錠）
を中袋に入れる



封を開けて錠剤のみ入れる

④起床後、トイレに行き排尿



起床後1回目の尿は取らない

⑤2回目からの尿をすべて取り、中袋に入れる



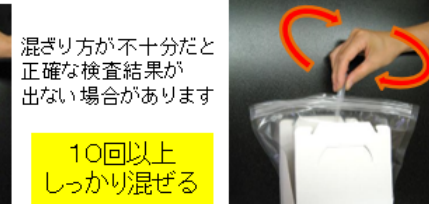
排便時や夜間の尿も忘れずに取る

⑥翌朝、前日と同時刻に起床し尿を取る



尿意が無くてもトイレに行き、尿を取る

⑦スポイトで溜めた尿を混ぜる



混ぜり方が不十分だと
正確な検査結果が
出ない場合があります

10回以上
しっかり混ぜる

⑧スポイトで尿を提出容器の線のところまで入れる



しっかりフタ
をする

- ・採尿カップは洗って次回の検査まで保管して置いてください
- ・残った尿はトイレに捨ててください
- ・検査キットは地域の家庭ごみとして処理してください

検査に関して気になること、ご質問がありましたら
いつでもご相談ください

参加者実績

(単位:名)

年度	新規 リスト	新規 紹介	フォローアップ ^o	合計
H28	14			14
H29	17	6	9	32
H30	国保 10	9	22	44
	協会 2	1	—	
R1	国保 7	14	29	61
	協会 5	4	2	
R2	国保 6	8	28	55
	協会 2	7	4	
R3	国保 15	6	35	71
	協会 3	2	10	
R4	国保 8	6	37	67
	協会 0	5	11	

※国保フォローアップ^oに後期高齢も含む

保健指導継続率

(単位:名)

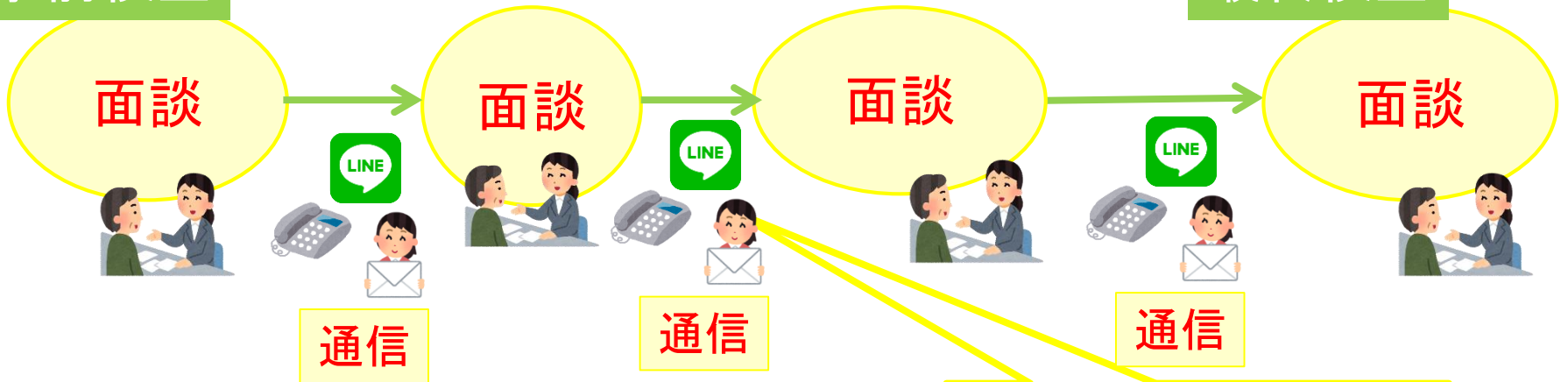
年度	申込	申込・事前 検査のみ	初回実施	最終実施	中断	継続率
H28	14	0	14	12	2	85.7%
H29	32	0	32	32	0	100%
H30	44	0	44	44	0	100%
R1	61	2	59	57	2	96.6%
R2	55	2	53	51	2	96.2%
R3	71	2	69	69	0	100%
R4	67	2	65	60	5	92.3%

保健指導スケジュール(6ヶ月)

面談4回、通信3回(基本) ※面談回数は対象者の希望等に応じて調整

事前検査

最終検査



個別面談

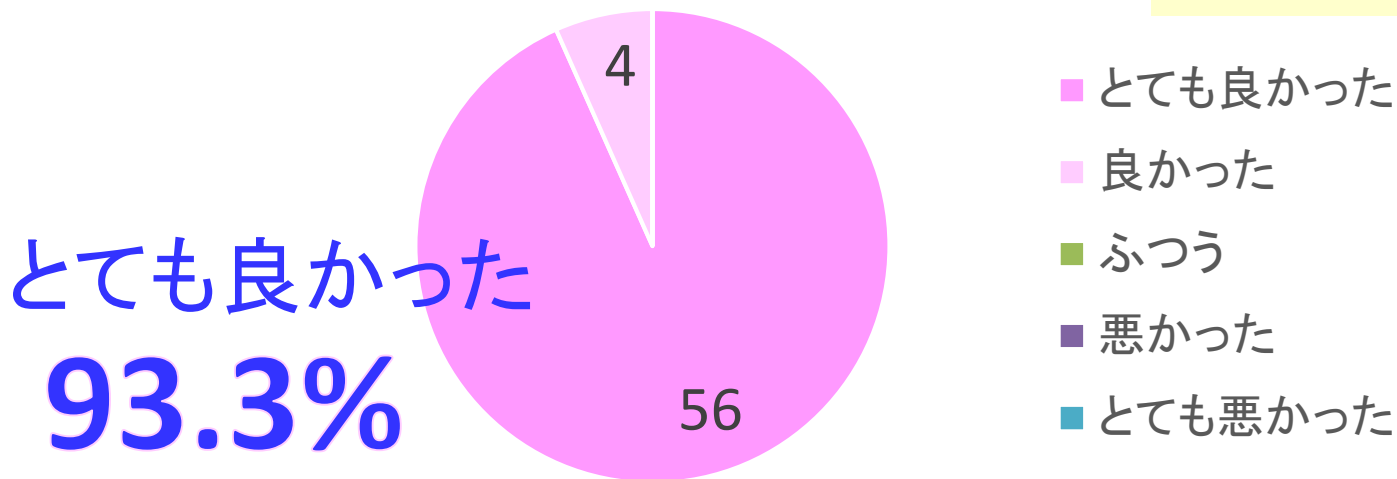


減塩教室(イメージ)

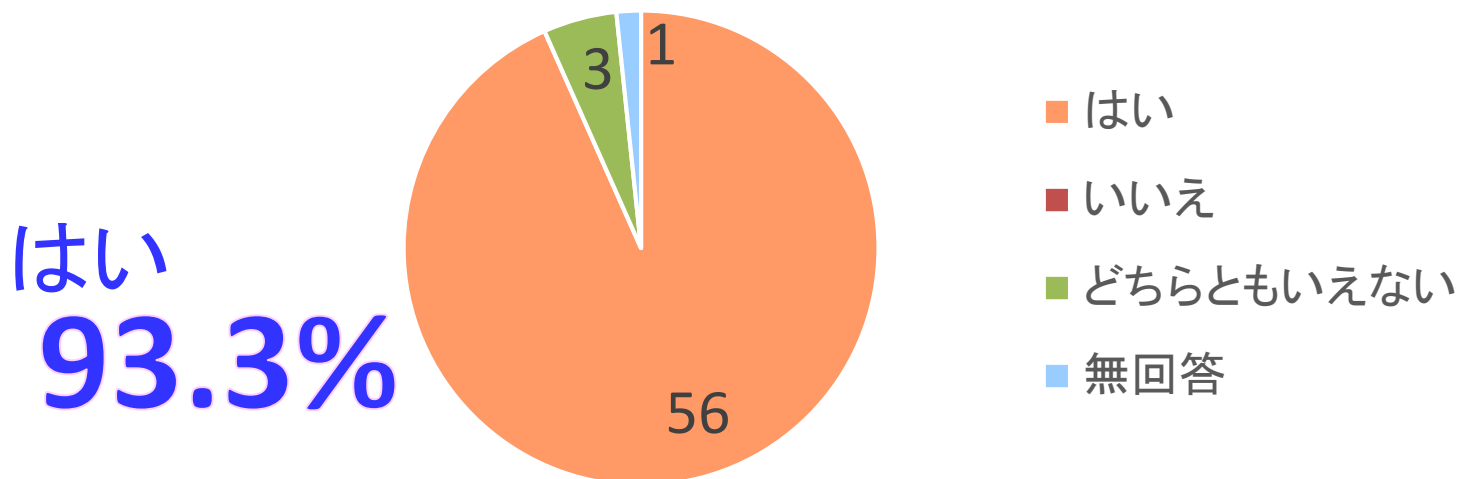
患者さんの自己管理に役立ちます

スタッフの対応や指導

R4終了時アンケート結果より
n=60(回答率100%)



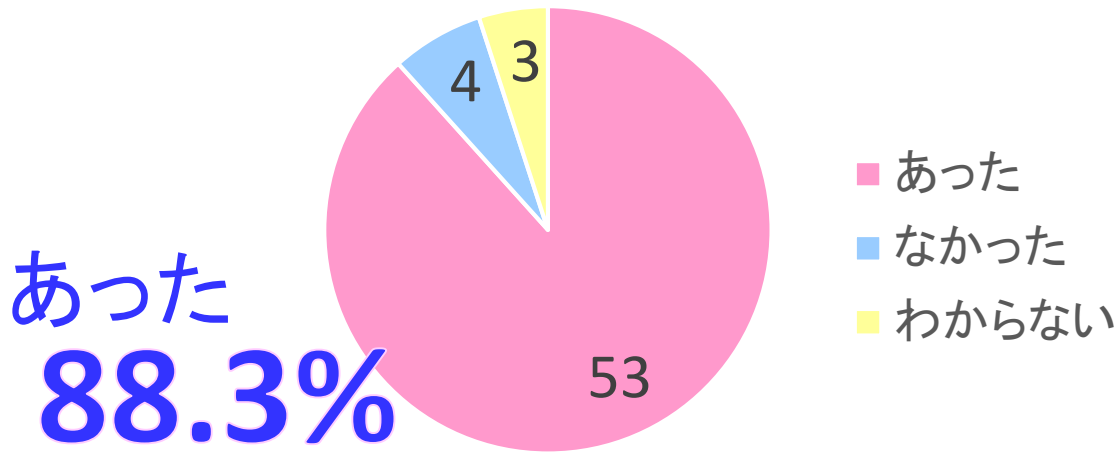
蓄尿検査は食生活の振り返りに役立ちましたか



患者さんの生活習慣が変わります

食事や運動など生活習慣に
変化はありましたか

R4終了時アンケート結果より
n=60(回答率100%)



変化の具体的内容

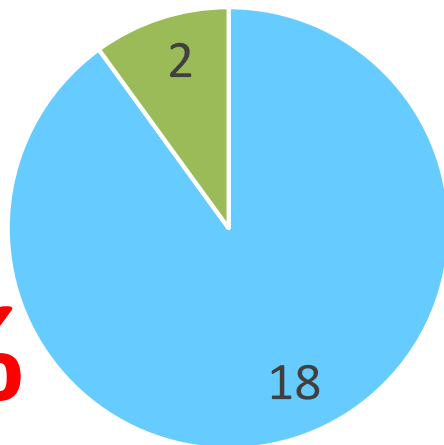
- ・食事に気を遣うようになった
- ・食塩に気を付けるようになった
- ・目標を決めて行動することができた
- ・身体を動かすことが増えた
- ・醤油をスプレー式にした
- など

主治医からも高評価を得ています

この事業は患者さんの役に立ったと思いますか

R4主治医アンケート
結果より
n=20(回答率100%)

役に立った
90.0%

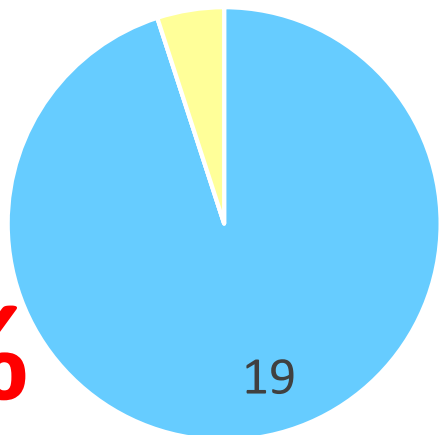


- 役に立った
- 役に立たなかった
- どちらともいえない

次年度も対象の患者さんがおられましたら、

ご推薦いただけますか

はい
95.0%

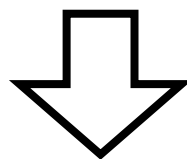


- はい
- いいえ
- どちらともいえない

かかりつけ医
での治療



食事療法を始めとした生活習慣指導
(減塩・適切なたんぱく質制限など)



患者さんの生活習慣改善 (QOL向上)

透析導入を遅らせることを目指します

対象となる患者さんをご紹介ください