



地域医療の現場レポート

あゆみクリニックの概要

- 所在地：埼玉県春日部市大枝400-4
- HP：www.ayumi-clinic.com
- 患者数：約1,500人/月  
うち糖尿病患者は約3割
- 医師：1人
- 看護師：常勤1人 非常勤5人
- 栄養士：常勤3人 非常勤5人



医療法人社団げんき会 あゆみクリニック

信頼される地域の  
かかりつけ医を目指して

東京のベッドタウンとも言える埼玉県春日部市のあゆみクリニックは、越谷市との境界近くに位置し、内科から小児科、アレルギー科、訪問診療や訪問看護など幅広い分野で地域の医療に貢献している。子供から高齢者までさまざまな患者が来院し、特に糖尿病をはじめとした生活習慣病の治療、知識普及、予防に重点を置いている。あゆみクリニック院長・理事長の藤川万規子先生にお話を伺った。



●藤川 万規子 先生  
(あゆみクリニック院長・理事長)

「歩くとよく言われますよ」とその理由を語った。子供の患者も多いので、子供の目線にも十分配慮している。

今後について「赤ちゃんからお年寄りまで、みなさまが困ったときにいつでも頼っていただけるような地域医療の最前線の町医者として、これからも自分たちの役割を果たしていきたいと考えています。病診連携も活発に行いながら、患者さんの身体と心を一体と考えた質の高い全人医療を提供していきたいです」と抱負を語った。

徹底した栄養指導

あゆみクリニックの最大の特徴は栄養士の活躍であろう。クリニックで栄養士が在籍しているところは多くないが、ここは常勤3人に加えて非常勤5人の栄養士が患者の栄養指導にあっている。栄養指導の半分が糖尿病をはじめとした生活習慣病の食事指導で、残りの半分が減感作療法のアレルギー関連である。全体で月に130人から150人に栄養指導を行っている。

栄養指導について「人が健康に生きていく上で、食はとても大切だと思っていますので、栄養指導には力を注いでいます。例えば、2型糖尿病の患者さんにくら良い薬剤治療を行っても、むちゃくちゃな食生活をしてはなかなか良い結果は得られません。現代は手軽に食べられるものが身近にたくさんありますが、その多くは高炭水化物、高脂肪食品なのです。まずは食に関する正しい知識を持ってもらいたいと思っています」と藤川先生はその重要性を指摘した。

また、きちんとした栄養指導を行っていくには、栄養士の力が欠かせないが、「当院に来てくれる栄養士で栄養指導の経験がある人はほとんどいません。ですので、まずは栄養士を育てる必要があります。そのための勉強会などの時間を捻出するのは簡単ではないですが、栄養士はみんな栄養指導をしたくて当院にきますので、モチベーションは高いです。それぞれの適性を見極めながらしっかり育てていくことが大切で、それが患者の治療の大きな力になります」と栄養士育成の重要性を強調した。

糖尿病の栄養指導は、step1「生活リズムの聞き取り」、step2「生活環境の分析(3日間の食事記録から)」、step3「提案」、step4「確認」と少なくとも4回実施され、その後も必要に応じて行っていく。

糖尿病診療

糖尿病治療にも積極的に取り組んでいる。その治療は「糖尿病治療の主役は患者さんです。その方の人生観、ライフスタイルを考慮しつつ、患者さんと十分話し合って治療方針を決めるようにしています」と患者中心に進めている。患者への説明には特に力を入れており、2010年に発売になったリラグルチドの導入に

際してはパス(表)を活用している。「パスがあれば、誰が行っても患者さんにもれない均一な指導ができます。リラグルチドは新しい薬で注射剤ですので、指導にあたってはパスが必要と感じて作りました。もちろん、栄養指導の欄もありました。リラグルチドは特に速効型インスリン分泌促進薬で血糖コントロールがうまくいかず、SU薬へ移行しようかという患者に良く効くように思います。注射のハードルは、薬の特性を良く説明することで越えることができますね。迷う患者さんには「一度やってみましょう」と、もし問題があったら中止して飲み薬に戻すことができると説明すると、納得してもらえることが多いです。もちろん、なかなか踏み切れない患者さんもいますので、無理には勧めず、本人が納得するまで待ちます」とパスの利点と十分な話し合いの重要性を語った。

また、HbA1c、コレステロール値などの検査結果は迅速に出る体制を整えており、当日のデータをもとに治療にあっている。栄養指導も繰り返し行うシステムになっている。

さらにオリジナルファイルを作成し配布している。ファイルには「血糖コントロールの目標値」「栄養指導フローチャート」「糖尿病とは」「糖尿病で怖いのは合併症です」「まずは毎日野菜350g」など、繰り返し読んでもらいたい資料がセットされ、患者教育に役立っている。ファイルはテーマカラーであるピンクとブルーでデザインされ、患者にも好評で、診察のたびに持参し、検査結果や健康診断の結果などもファイルしている患者も多く、大いに活用されている。

あゆみクラブ

あゆみクリニックには糖尿病をはじめとした生活習慣病の患者の会「あゆみクラブ」がある。これは患者同士のコミュニケーションや医師をはじめとする医療スタッフとのコミュニケーションを図るために設立され、お互いの情報交換、疑問や不安を話し合える場となっており、治療のモチベーションアップにつながっている。主な活動は食事が年に4回、

歩く会5回以上、料理教室14回、その他日帰り旅行など、たくさんのイベントが開催されている。

「あゆみクラブを通して患者さん同士がとても仲良くなって、情報交換も活発に行っています。人とのつながりによって、治療への意欲もわいてくるようで、ドロップアウトはほとんどありませんね」とその効果について語った。

白衣を着ないわけ

ここでは誰も白衣を着ていない。白衣の代わりにクリニックオリジナルTシャツとエプロン姿である。「白衣だと患者さんによっては、威圧感を感じてしまうと思うのです。その点、Tシャツとエプロンだとその心配はありません。保育園

表 外来ビクトーザ導入パス(医療従事者用)

外来ビクトーザ導入パス(医療従事者用)		医療法人社団げんき会 あゆみクリニック	
患者様:氏名		担当医師: 1ページ	
ID: _____			
患者様: ①ビクトーザ自己注射とその管理ができる。②低血糖、重篤な副作用がない。			
達成目標	①ビクトーザ自己注射とその管理ができる。	②低血糖、重篤な副作用がない。	
月日	初回: / ( )	2回目: / ( )	
注射種類	ビクトーザ投与量 0.3mg×1日/投与時間帯	投与量変更: <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	投与量 ( ) mg
指導の対象	<input type="checkbox"/> 患者 <input type="checkbox"/> 家族 ( ) <input type="checkbox"/> その他 ( )		
[SMBG操作方法]	実施	評価	実施
<input type="checkbox"/> 必要物品の確認	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 採血部位の確認	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> センサーの取付方穿刺と血液の点検	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 液片付けの仕方	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> データの記載方法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
①ビクトーザについて説明	実施	評価	実施
<input type="checkbox"/> まあるビクトーザをはじめよう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> DVD学習	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②ビクトーザ注射操作	実施	評価	実施
<input type="checkbox"/> ビクトーザ資材(ビクトーザを正しく使うためにVictorio Diary、セルフチェックシート)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 必要物品確認(ビクトーザ本体、針、アルコール綿、絆創膏)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
操作指導	実施	評価	実施
<input type="checkbox"/> 注射の準備	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 空打ち	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 単位の設定	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 注射の仕方	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 注射の後	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 保管	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 注射液の作用、実施、時間	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 注射部位の取付(腕部)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ビクトーザ注射実施	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> デバイスと針の管理	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 注射針・針の使用期間、使用中の保管法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 使用済みの注射器や針廃棄方法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
[低血糖]	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 原因、症状、対処方法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 低血糖用ブドウ糖の携帯	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
血糖値	□食前 ( ) 時 □食後 ( ) 時	体重 ( ) Kg	□食前 ( ) 時 □食後 ( ) 時
特記事項			
伝達事項			
バリエーション	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 / 次回来院日: 月 日		<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 / 次回来院日: 月 日
サイン	Ns. / Dr.		□来院 □電話 Ns. / Dr.
栄養指導	□指示量 ( ) kcal □ ( )		□無 <input type="checkbox"/> 有
記載日時: 月 日 サイン:			記載日時: 月 日 サイン:
連絡先: □本人 □家族 ( ) □その他 ( ) Tel 番号: ① - -			② - -
つながりやすい時間:			