



糖尿病教育入院の方へ

様 ()



医師

看護師

入院中の目標：糖尿病について正しい知識を学び、自分の状態を把握し退院後の生活に活かす事ができる。

	／ (月)	／ (火)	／ (水)	／ (木)
目標	* 血糖や血圧、体重など測定表に記入し、自分の値を知りましょう。	* 間食をせず、入院期間中に治療食の量に慣れましょう。	* 血糖コントロールの必要性と、どのような治療があるか復習しましょう。 * 口腔内の清潔が必要な理由を復習しましょう。	* 運動療法の効果的な方法と時間帯を復習しましょう。 * 病院食と普段の食事を比べ、適切な量を覚えましょう。 * 内服または注射している血糖を下げる薬を挙げ、その作用を復習しましょう。
検査	* 血糖測定 11:00・17:00・21:00 血糖値は自己測定表に記入して下さい。 * 14:00～翌日の14時まで 冷蔵庫の尿袋に尿を貯めます。 ためる場所や方法は看護師より説明致します。 	* 採尿 朝起きたとき * 採血 7:30・10:00 * 血糖測定 7:30・10:00・11:00・14:00 ・17:00・20:00・21:00 ※本日14時で尿を貯める検査は終了です。	* 血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00	* 血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00 
講義・指導など	* 入院時オリエンテーション (看護師) ・病棟内のご案内、腹囲測定を行います。 ・持参のお薬を確認します ・体重・血圧・脈拍・体温の測定方法を説明します。 ※翌日から朝食前に測定し、自己測定表に記入してください。 * DVD学習 『ストップ! 動脈硬化 血管が危ない!』 19:00～19:20 9階食堂にて	教育入院オリエンテーション (看護師) 10:30～11:30 9階食堂にて * DVD学習 『ストップ! 動脈硬化 高脂血症を斬る!』 19:00～19:20 9階食堂にて	* 糖尿病とは (内分泌代謝内科医師) 14:00～15:00 9階食堂にて * 歯の衛生について (歯科衛生士) 15:00～ 9階食堂にて * 第1回 薬の知識 (薬剤師) 16:15～16:45 9階食堂にて * DVD学習『糖尿病グラフィティ』 19:00～19:20 9階食堂にて	* 運動療法講義 (リハビリ科医師) 10:15～11:15 9階食堂にて * 第1回 栄養指導 (栄養士) 14:15～16:00 9階食堂にて * 第2回 薬の知識 (薬剤師) 16:15～16:45 9階食堂にて * DVD学習『食事療法入門』 19:00～19:20 9階食堂にて
食事	食事療法が開始されます。 入院中の食事単位 () 単位 ※間食等は避けてください。			栄養指導にはご家族も参加していただくことができます。
活動	制限はありません。外出を希望される場合は医師の許可が必要となりますのでお申し出ください。			

糖尿病教育入院の方へ②

	／ (金)	／ (土)	／ (日)	／ (月)	／ (火)
目標	* 標準体重を計算し、自分の体重と比べてみましょう。	* 低血糖時症状との対応方法を復習しましょう。 * 足の手入れ、毎日の観察の必要性を復習しましょう。	* 運動外出では、入院中だけ無理をするのではなく、退院後も継続できるような自分に合った有酸素運動を心がけましょう。	* シックデイの対応を復習しましょう。 * 食事の改善点を挙げ、具体的な目標を立ててください。 * 糖尿病以外の動脈硬化症の原因を復習しましょう。	* 自分で立てた運動療法や食事療法の目標を振り返り、実施に向け決意をためましょう。
検査	*血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00	*血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00	*血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00	*血糖測定 7:30・11:00・17:00・21:00	*血糖測定 7:30・11:00
講義・指導など	*急性合併症 (内分泌代謝内科医師) 10:00～11:00 9階食堂にて *部長回診 (内分泌代謝内科医師) 14:00～ お部屋でお待ちください。 *肝臓と糖尿病 (消化器内科医師) 16:30～17:00 9階食堂にて *DVD学習『一病息災への道』 19:00～19:20 9階食堂にて	*生活指導 (看護師) 14:00～14:30 9階食堂にて *DVD学習 『食後高血糖に注目しよう』 19:00～19:20 9階食堂にて	*DVD学習 『しのびよる合併症』 19:00～19:20 9階食堂にて 	*第2回栄養指導 (栄養士) 13:00～15:00 9階食堂にて *慢性合併症と動脈硬化 (内分泌代謝内科医師) 15:45～16:45 9階食堂にて *DVD学習『運動療法の実際』 19:00～19:20 9階食堂にて	*退院・生活指導 (看護師) 10:00～11:00 9階食堂にて ※退院時処方のある方は薬剤師が直接お部屋へ訪問し、ご説明いたします。 
食事				栄養指導にはご家族も参加していただくことができます。	
活動	運動外出 9:00～9:45 13:00～14:00	運動外出 9:00～10:00 13:00～14:00	運動外出 9:00～10:00 13:00～14:00	運動外出 9:00～9:45	運動外出 9:00～9:45

・継続外出許可証を持参して下さい。
・指示により砂糖又はブドウ糖を持参してください。
・外出時間は必ず守ってください。

その他わからないことなどございましたら遠慮せずお申し出ください。

本人・家族 (サイン) _____