

【低血糖症】最近（この1年間くらいで）、低血糖症をおこしたことがありますか？（1.いいえ 2.はい 3.不明）

（2.はい）と答えた場合 低血糖の頻度はどれくらいですか？下記のうち答えやすい欄にご記入ください

1.週に（ ）回くらい

2.月に（ ）回くらい

3.年に（ ）回くらい

低血糖で昏睡となった頻度はどれくらいですか？下記のうち答えやすい欄にご記入ください

1.週に（ ）回くらい

2.月に（ ）回くらい

3.年に（ ）回くらい

低血糖を理由に外来受診または入院を必要とした頻度はどれくらいですか？下記のうち答えやすい欄
にご記入ください

1.週に（ ）回くらい

2.月に（ ）回くらい

3.年に（ ）回くらい

食事記録調査表（1日）

患者氏名

施設名

主治医名

調査年月日 19 年 月 日

調査票記入後、調査票に関する栄養士の面接

（1）あり （2）なし （3）不明

（記入は不要です）

患者コード

施設コード

調査番号コード

食事記録調査表の記入法について—患者の皆様へ—

- ・ごく日常的な1日を選び記入して下さい（祝祭日や特別な外食時はさけて下さい）
- ・あなたが1日に食べたり飲んだりしたものを残らず記入例にならって朝、昼、夕食別に料理名、食品名、重量または目安量をご記入下さい。
1日3食を基準としました。あなたの食習慣により2食の場合は1回を欠食とし、4食以上の場合は朝昼夕食のいずれか近いものに合わせ記入して下さい。
- ・一般飲食店で外食をした場合は、記入例のように、料理名を外食とし、食品名はかつ丼といったように具体的に食べたものの名を書き、重量または目安量の欄には、1人前といったようにご記入下さい。但し、外食でも洋食定食のように個々の食品名がはっきりしている場合は、記入例のように主食、主菜、副菜などについてその食品名を記入して下さい。同じものを2人前食べた時は2人前、半分しか食べなかった時は1/2食と重量欄に記入して下さい。

料理名	食品名	重量又は目安	
外食—かつ丼		1人前	
外食 —洋食定食	めし	1/2食	
	チキンカツ	全部	
	ポテトサラダ	全部	
	みそ汁	全部	

- ・家庭で食べても主食（例えば、ごはん、弁当、丼物、すし、サンドイッチ、ハンバーガーなど）を、出前、購入した場合は、外食として下さい。その際、副食を家庭で作って食べた場合は、それも合わせ記入して下さい。
- ・既製品（市販品）のおそうざい（コロッケ、サラダ、焼売、ギョウザ、煮豆、あえもの、漬物など）を食べた場合は、食品名の欄に、（市）コロッケ、（市）なす漬物とご記入下さい。
また、インスタント食品（ラーメン、みそ汁など）を食べた場合は、（イ）ラーメン、（イ）みそ汁とご記入下さい。
- ・同じ食品でも種類により大きく差のある食品、例えば、肉の場合ですと、バラ肉かもも肉か、ハムの場合ですとロースハムかプレスハムか、味噌の場合ですと淡色から味噌か甘味噌かなどの区別をはっきり書いて下さい。
- ・牛乳は、普通の白牛乳かコーヒー牛乳か、ジュースは、オレンジジュースかグレープジュースかなど、何のジュースか、またその濃度をはっきり書いて下さい〔例えば、りんごジュース（100%）というように〕。炭酸飲料の場合は、飲み物の名前の後に「炭酸」と記入して下さい。
- ・わかめ、魚などは、生か干したものがわかるように、例えば、わかめ（干）というように明記して下さい。
- ・しょうゆ、味噌、砂糖、植物油、その他の調味料は、料理ごとにそのつどご記入下さい。うどんのつゆなどに使用した調味料は実際に、摂取した調味料の重量を推定してご記入下さい。

食事記録調査表をチェックされる栄養士さんへのお願い

「料理名」「食品名」について以下の項目につきチェックし、換算重量を食品ごとにご記入下さい。また同封致します「食品番号表」にしたがって「食品番号」をご記入下さい。

「料理名」・朝、昼、夕別に記入されているか

「食品名」①朝昼夕別に料理名に合わせて使用した食品の全部について、料理名ごとに食品名をもれなく記入されているか

②おやつ、夜食など3食以外のものも忘れず記入されているか

③原則として昼食前までのおやつは朝食欄、夕食までのおやつは昼食欄、就眠までのおやつや夜食は夕食欄の「間食欄」に記入されているか

④しょう油、味噌、砂糖、その他の調味料および量の記入が適切か

⑤食品名が、白身魚、肉などではなくて、カレー、豚もも肉、(干)わかめ、など具体的に記入されているか

⑥濃縮飲料の場合は原液の量を、また、ジュースの場合はその名称と濃度[例えば、オレンジ(30%)、りんごジュース(100%)など]、炭酸飲料の場合は炭酸飲料であることがわかるように記入されているか

⑦既製品(市販品)のそうざいの場合、(市)コロッケなどと既製品であることがわかるように記入されているか

「換算重量」の記入にあたって

①目安量で記入されているものは、詳細を聴取しgに換算して下さい。

②gで記入されているものも、食べ残し量を差し引いてあるかなどご確認のうえ換算重量欄に記入して下さい。

③換算重量の記入は次頁の如く右側につめて記入し、余白はそのまま空白として下さい。

換算重量 (g)			
	1	2	0
		1	2
			4

「食品番号」

同封致します「食品番号表」にしたがって「食品番号」をご記入下さい。
この表にのっていない食品の場合は、最も近似していると判断される食品の番号にするか、または「4訂食品成分表」の番号を赤字で記入して下さい。

食品番号の記入は、換算重量の場合と同じく、右側につめてご記入下さい

「外食」

①外食については、料理名およびこれに相当する番号を記入する。なお、外食については1人前数量で入っているので食品名や重量の記入は不要である。

外食の種類によっては（例えば、定食類など）主食、主菜、副菜などにわけて、食品名を記入し、その食品番号を記入する。また、お送りした外食の食品番号表に該当するものがない場合は、調味料を含めた食品名、重量を、聞き取り調査により推定し、ご記入下さい。

また、同じものを2人前食べた時は2人前、半分しか食べなかった時は1/2食と重量、目安欄に記入する。

②そば、うどん類やすし類などについては、これをわかめうどん、カレーうどんなどに細分してあるので最も近似する外食の番号を記入して下さい。

- ③外食した場合、半分しか食べなかったときは、食品番号欄の右隣りに、0.5食と記入。また1/3食は0.3、2/3食は0.6、2人前食べたときは、2.0と記入。

料理名	食品番号							
外食 ーにぎりずし	0	1	1	1	1	0	1	0.5食

食事記録調査表の記入についてー主治医の先生へのお願いー

- ・ごく日常的な1日の食事を記録するようご指導下さい（祝祭日や特別に外食した日などはさけて下さい）。
- ・患者さんが記録してきたものを、可能な限り貴施設の栄養士の面接でより正確なものに修正し、ご提出下さい。
- ・具体的な記入法は、別紙をご参照下さい。

- ・記入済みの調査票は、2部コピーをとり、調査票に1部のコピーをそえて事務局までお送り下さい。症例毎にバラバラに送付せず、貴施設の登録症例分をまとめお送り下さい。また、コピー1部は先生の方で保管下さい。

食事記録記入表

		氏名				
調査月日	食事区分	あなたの食事内容 (1人分を記入して下さい 注1)				
		料理名 (献立名)	食品名注1,2) (材料名)	(目やす) 重量(g)	純摂取量 (g)	*注3) 食品番号
月 日 曜日	朝					
			間食			

注1) 多人数で食べる料理 .例えば、鍋、焼き肉、そうめんなどでは、あなた自身が食べた量を記入してください。
 注2) 食品名(材料名)を記入する際は、同じ料理名(献立名)の場合は、食品を〔でまとめてください。
 注3) *印欄には何も記入しないこと。

食事記録記入表

		あなたの食事内容 (1人分を記入して下さい 注1)					
調査月日	食事区分	料理名 (献立名)	食品名注1,2) (材料名)	(目やす) 重量(g)	純摂取量 (g)	注3) 食品番号	
月 日 曜日	昼						
		間食					

注1) 多人数で食べる料理 例えば、鍋、焼き肉、そうめんなどでは、あなた自身が食べた量を記入してください。
 注2) 食品名(材料名)を記入する際は、同じ料理名(献立名)の場合は、食品を【でまとめてください。
 注3) *印欄には何も記入しないこと。

食事記録記入表

		あなたの食事内容 (1人分を記入して下さい 注1)					
		料理名 (献立名)	食品名注1,2) (材料名)	(目やす) 重量(g)	純摂取量 (g)	注3) 食品番号	
調査月 日 曜日	夕						
		間食					

注1) 多人数で食べる料理 例えば、鍋、焼き肉、そうめんなどでは、あなた自身が食べた量を記入してください。
 注2) 食品名(材料名)を記入する際は、同じ料理名(献立名)の場合は、食品を(でまとめてください。
 注3) *印欄には何も記入しないこと。

食物摂取状況調査票

* 空欄に必要事項を記入または該当する番号を○で囲んで下さい。

ふりがな		性別	生年月日	大・昭・平		年	
氏名		男 女 1 2	西 暦 1 9	年	月	日	記入不用
身長	cm	体重	kg	職業 ()			
生活活動強度 4区分		座る	立つ	歩く	筋運動		
右欄の日常生活の生活動作の時間	I (軽い)	12 時間	3 時間	1 時間	- 時間		
配分を見て自分に該当する生活活	II (中程度)	7~8	6~7	2	-		
動強度をI~IVの中から選び1つだ	III (やや重い)	6	6	3	1		
けI~IVに○印を付けてください。	IV (重い)	4~5	5~6	4	2		

施設名

主治医名

調査年月日

調査票記入後、調査票に関する栄養士の面接

(1) あり (2) なし (3) 不明

(記入は不要です)

患者コード

施設コード

調査番号コード

記入上の注意

あなたの日ごろの食生活についておたずねします。

日ごろ食べる食品の量とそれを1週間に食べる回数を記入してください。(一ヶ月に1~2回程度の食品は省いてください)。質問の左端のフクの中にはそれぞれの食品の普通量を目安の例を示しています。食品群の仲間ごとにおたずねしますが、例示以外の同じ仲間の食品を食べた場合も加えてお答えください。

なお同じ仲間の食品を共に「普通量」食べた場合は加算して「たっぷり」と答えてください。また、このアンケート用紙で使用する「単位」とは糖尿病学会の食品交換表で用いる「単位」のことです。

1週間に食べる回数は

たとえば 毎日なら 7
1週間に1回なら 1
食べない場合 0

肉・魚介類

食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか?
7 0~3 から1つ選び○をつけてください

No.	食品名	朝	食べる量			1週間に何回食べますか	回数	
			0. 食べない	1. 少し (1単位)	2. 普通量 (2単位)			3. たっぶり (3単位)
1	肉、その加工品 普通量(2単位)とはたとえば 牛・豚ロース 各6(80g) 牛・豚もも 各6(120g) ロースハム 各6(4枚80g) ウィンナー 各6(4本60g) 豚肉・牛肉 各6(80g)	朝	0. 食べない	1. 少し (1単位)	2. 普通量 (2単位)	3. たっぶり (3単位)	1週間に何回食べますか	回
		昼	0. 食べない	1. 少し (1単位)	2. 普通量 (2単位)	3. たっぶり (3単位)	" 昼 "	回
		夕	0. 食べない	1. 少し (1単位)	2. 普通量 (2単位)	3. たっぶり (3単位)	" 夜 "	回
2	魚、その加工品 普通量(1単位)とはたとえば 鰯の多い魚(さんま2匹、さけ・まぐろ 1/2切れ40g) 鰯のやや多い魚(あじ、まぐろ、かつお など小1切れ40g) 鰯の少ない魚(さばなど小1切れ20~ 30g) 竹輪 各6(60g 1/2本)	朝	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	1週間に何回食べますか	回
		昼	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	" 昼 "	回
		夕	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	" 夜 "	回

卵

3	卵は1週間に何個くらい食べますか	1週間に何個食べますか	個
---	------------------	-------------	---

大豆・大豆製品

食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか?
7 0~3 から1つ選び○をつけてください

No.	食品名	朝	食べる量			1週間に何回食べますか	回数	
			0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)			3. たっぶり (2単位)
4	大豆・大豆製品 普通量(1単位)とはたとえば 豆腐 各6(1/3丁100g) かんもどき 各6(1/3個30g) 納豆 各6(小缶40g)	朝	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	1週間に何回食べますか	回
		昼	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	" 昼 "	回
		夕	0. 食べない	1. 少し (0.5単位)	2. 普通量 (1単位)	3. たっぶり (2単位)	" 夜 "	回

牛乳・乳製品

5	牛乳は1週間にどのくらい飲みますか 200ml(コップ1杯)を1本とする(1.4単位)	1週間に何本飲みますか	本
6	乳製品は1週間にどのくらい食べますか チーズ1切れ(25g)、ヨーグルト加糖1杯(100g)を1個とする(1単位)	1週間に何個食べますか	個

海藻・小魚

食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか?
7 0~3 から1つ選び○をつけてください

No.	食品名	朝	食べる量			1週間に何回食べますか	回数	
			0. 食べない	1. 少し (1g)	2. 普通量 (2g)			3. たっぶり (4g)
7	海藻 普通量とはたとえば 海藻のり 各6(1枚2g) わかめ 各6(味噌汁1杯分2g)	朝	0. 食べない	1. 少し (1g)	2. 普通量 (2g)	3. たっぶり (4g)	1週間に何回食べますか	回
		昼	0. 食べない	1. 少し (1g)	2. 普通量 (2g)	3. たっぶり (4g)	" 昼 "	回
		夕	0. 食べない	1. 少し (1g)	2. 普通量 (2g)	3. たっぶり (4g)	" 夜 "	回
8	小魚 たとえば しらす干し 各6(大さじ4杯20g) いわし生など小魚(小1匹20g) めざし 各6(中1匹15g)	朝	0. 食べない	1. 少し (0.25単位)	2. 普通量 (0.5単位)	3. たっぶり (1単位)	1週間に何回食べますか	回
		昼	0. 食べない	1. 少し (0.25単位)	2. 普通量 (0.5単位)	3. たっぶり (1単位)	" 昼 "	回
		夕	0. 食べない	1. 少し (0.25単位)	2. 普通量 (0.5単位)	3. たっぶり (1単位)	" 夜 "	回

野菜・きのこ類

No.	食品名	1週間に何回食べますか			回数
		朝	昼	夜	
9	野菜の煮物は1週間に何皿食べますか たとえば煮物1皿(100g)の目安量は	朝	大根の煮物 各6 1皿、かぼちゃの煮物 各6 1皿 筑前煮 各6 1皿 シチュー 各6 1皿 鍋物の野菜合わせて1人前 = 1皿	1週間に何回食べますか	皿
		昼	" 昼 "	皿	
		夕	" 夜 "	皿	
	お浸し、酢の物や和えものやゆであけ野菜は1週間に何皿食べますか たとえば和え物やゆであけ野菜1皿(80g)の目安量は	朝	青菜のお浸し 各6 小鉢1杯で1皿 キュウリの酢の物 各6 小鉢1杯で0.5皿 主菜のつけあわせ 各6 1人前で0.5皿	1週間に何回食べますか	皿
		昼	" 昼 "	皿	
		夕	" 夜 "	皿	
	生野菜(サラダも含む)は1週間に何皿食べますか たとえば生野菜1皿(40g)の目安量は	朝	付け合わせのキャベツのせん切り 各6 0.5皿 トマトくし形2切れ 各6 1皿 きゅうり1/2本 各6 1皿 野菜サラダならガラス鉢1杯で1皿	1週間に何回食べますか	皿
		昼	" 昼 "	皿	
		夕	" 夜 "	皿	
	野菜の汁物は1週間に何杯飲みますか たとえば汁物1杯の具(20g)の目安量は	朝	野菜の具の味噌汁やすまし汁 各6 1杯 突だくさんの味噌汁 各6 1杯で3杯 きのこの汁物 各6 1杯	1週間に何杯飲みますか	杯
		昼	" 昼 "	杯	
		夕	" 夜 "	杯	
	野菜の炒め物は1週間に何皿食べますか たとえば野菜炒め1皿(100g)の目安量は	朝	野菜炒め 各6 1人前で1皿 なすの炒め物 各6 なす大1個で1皿	1週間に何回食べますか	皿
		昼	" 昼 "	皿	
		夕	" 夜 "	皿	

野菜・きのこ類 1~5から1つ選び○をつけてください

9 枚 書	野菜全体のうち緑黄色野菜（人参、かぼちゃ、トマトなど色の濃い野菜）の割合はどのくらいですか	1. 緑黄色野菜がかなり多い	2. やや多い	3. 同じくらい	4. やや少ない	5. かなり少ない
-------------	---	----------------	---------	----------	----------	-----------

1週間に食べる回数は

毎日なら 7

たとえば 1週間に1回なら 1
食べない場合 0

果物 食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか？ 0~3から1つ選び○をつけてください

10	果物 普通量（1単位）とは たとえば リンゴなら（150g小1個） みかんなら（200g中3個）	朝	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	1週間に朝何回食べますか	<input type="text"/>
		昼	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	- 昼 -	<input type="text"/>
		夕	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	- 夜 -	<input type="text"/>

主食・いも 1~4から1つ選び○をつけてください

11	あなたは朝食の主食におもに何を食べますか	1. 飯	2. パン	3. めん	4. その他（コーンフレークなど）	1食に食べる量は 単位
期	その量を例を参考にして単位で答えてください たとえば	飯なら普通茶碗で軽く1杯=2単位、普通盛り=3単位				
		食パンなら1斤6枚切り1枚=2単位、4枚切り1枚=3単位 ロールパン1個=1単位				
		種類なら うどん（ゆで240g）一人前=3単位 中華めん（ゆで120g）一人前=3単位 日本そば、そうめん（乾60g）一人前=3単位 スパゲティ（乾80g）一人前=4単位				
		コーンフレークなら一人前（カップ軽く2杯40g）=2単位				

1~4から1つ選び○をつけてください

昼	あなたは昼食の主食におもに何を食べますか	1. 飯	2. パン	3. めん	4. その他（コーンフレークなど）	1食に食べる量は 単位
	その量を例を参考にして単位で答えてください たとえば	飯なら普通茶碗で軽く1杯=2単位、普通盛り=3単位				
		食パンなら1斤6枚切り1枚=2単位、4枚切り1枚=3単位 ロールパン1個=1単位				
		種類なら うどん（ゆで240g）一人前=3単位 中華めん（ゆで120g）一人前=3単位 日本そば、そうめん（乾60g）一人前=3単位 スパゲティ（乾80g）一人前=4単位				
コーンフレークなら一人前（カップ軽く2杯40g）=2単位						

1~4から1つ選び○をつけてください

夕	あなたは夕食の主食におもに何を食べますか	1. 飯	2. パン	3. めん	4. その他（コーンフレークなど）	1食に食べる量は 単位
	その量を例を参考にして単位で答えてください たとえば	飯なら普通茶碗で軽く1杯=2単位、普通盛り=3単位				
		食パンなら1斤6枚切り1枚=2単位、4枚切り1枚=3単位 ロールパン1個=1単位				
		種類なら うどん（ゆで240g）一人前=3単位 中華めん（ゆで120g）一人前=3単位 日本そば、そうめん（乾60g）一人前=3単位 スパゲティ（乾80g）一人前=4単位				
コーンフレークなら一人前（カップ軽く2杯40g）=2単位						

パンを選んだ方のみお答えください それぞれから1つ選び○をつけてください

パンを食べる時、何をどのくらいつけますか	何を	1. ジャム（または蜂蜜）	2. ナチュラルヨーグルト	3. ショートケーキやバター	4. つけない
	どのくらい	1. 少し（2.5g）	2. 普通量（小さじ1=5g）	3. たっぷり（10g）	

1週間に食べる回数は

たとえば 毎日なら 7

1週間に1回なら 1
食べない場合 0

12

いも類 食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか？ 0~3から1つ選び○をつけてください

12	いも類 普通量（1単位）とはたとえば ジャガイモなら（100g中1個） さつまいもなら（70g中1/3本） 里芋なら（130g中3個）	朝	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	1週間に朝何回食べますか	<input type="text"/>
		昼	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	- 昼 -	<input type="text"/>
		夕	0. 食べない	1. 少し（0.5単位）	2. 普通量（1単位）	3. たっぷり（2単位）	- 夜 -	<input type="text"/>

1週間に食べる回数は
たとえば 毎日なら 7
1週間に1回なら 1
食べない場合 0

砂糖・菓子・嗜好飲料

食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか？ 0~3から1つ選び○をつけてください

13	食物や大豆など砂糖を使った料理を1回にどのくらい食べますか	0. ほとんど食べない	1. 少し (0.25単位)	2. 普通量 (0.5単位) (1皿砂糖で10g)	3. たっぶり (1単位)	1週間に何回食べますか	<input type="checkbox"/> 回
14	間食は1回にどのくらい食べますか 普通量 (2単位) とはたとえば 和菓子なら (60g 小1個) 菓子パンなら (60g 2/3個) ケーキなら (50g 1/2個) せんべいなら (40g 3枚) チョコレートなら (30g 2/3枚)	0. 食べない	1. 少し (1単位)	2. 普通量 (2単位)	3. たっぶり (4単位)	1週間に何回食べますか	<input type="checkbox"/> 回
15	コーヒーや紅茶には砂糖を何杯入れますか ポテトチップス1袋 (6g : 0.3単位) を1杯とする	0. 砂糖は入れない	1. 1杯 (0.3単位)	2. 2杯 (0.6単位)	3. 3杯以上 (0.9単位)	1週間に何杯飲みますか	<input type="checkbox"/> 杯
	清涼飲料水は1週間に何本飲みますか たとえば、炭酸飲料・コーラ・果汁入りジュースは1缶(250ml)を1本とする 乳酸菌飲料は1本(60ml)を1.5本とする					1週間に何本飲みますか	<input type="checkbox"/> 本
16	アルコール飲料は1回にどのくらい飲みますか 普通量 (2.5単位) とはたとえば ビールなら 中1本 日本酒なら 1合 ウイスキー(シングル) なら 2.5杯	0. 飲まない	1. 少し (1.25単位)	2. 普通量 (2.5単位)	3. たっぶり (5単位)	1週間に何回飲みますか	<input type="checkbox"/> 回

油脂

17	天ぷらやフライなど揚げ物料理は1週間に何食食べますか 1食は植物油 8~10g (1単位) とする	朝	1週間に朝何食食べますか	<input type="checkbox"/> 食
		昼	" 昼 "	<input type="checkbox"/> 食
		夕	" 夜 "	<input type="checkbox"/> 食
	マヨネーズやドレッシングなどを使う料理は1週間に何食食べますか 1食はマヨネーズ 大さじ1 (15g : 1単位) または、 ドレッシング 大さじ軽く2 (20g : 1単位) とする	朝	1週間に朝何食食べますか	<input type="checkbox"/> 食
		昼	" 昼 "	<input type="checkbox"/> 食
		夕	" 夜 "	<input type="checkbox"/> 食
	炒め物など少量の油を使う料理は1週間に何食食べますか 1食は植物油 大さじ軽く1杯 (10g : 1単位) とする	朝	1週間に朝何食食べますか	<input type="checkbox"/> 食
		昼	" 昼 "	<input type="checkbox"/> 食
		夕	" 夜 "	<input type="checkbox"/> 食

食べるとすると1食にどれくらいの量を食べますか？ 0~3から1つ選び○をつけてください

その他

18	辛い物は1回にどのくらい食べますか 普通量とはたとえば 梅干しなら 小1個 昆布佃煮なら 小皿1杯	0. 食べない	1. 少し	2. 普通量	3. たっぶり	1週間に何回食べますか	<input type="checkbox"/> 回
19	漬け物は1回にどのくらい食べますか 普通量とはたとえば たくわんなら 2枚 野菜の一夜漬けなら 小皿1	0. 食べない	1. 少し	2. 普通量	3. たっぶり	1週間に何回食べますか	<input type="checkbox"/> 回
20	汁物は1週間に何杯飲みますか					1週間に何杯飲みますか	<input type="checkbox"/> 杯
21	外食料理の味をどう感じますか？		1. うすい	2. 普通量	3. 濃い		
22	飯類を食べる時その汁は残しますか	0. ほとんど残す	1. 半分残す	2. ほとんど飲む		1週間に何回食べますか	<input type="checkbox"/> 回

“糖尿病における血管合併症の発症予防と進展抑制に関する調査（JDC Study）”
担当される眼科医の先生方へ

この度はJDC Studyに御参画頂き有難うございます。本研究は企画書にもあります通り糖尿病の細小血管症、大血管症の発症進展の予防、抑制を目指したものです。登録患者を中央から積極的にライフスタイルの管理を行なうことによりその効果を判定します。血管合併症としては糖尿病網膜症、糖尿病性腎症、虚血性心疾患、脳血管障害を調査対象としています。

糖尿病網膜症の発症進展を検討する多施設でのプログラムは“糖尿病網膜症経過観察プログラム”として先にお配りしましたが、一部の先生方よりプロトコールに対する補足説明の御要望がありましたので、ここに補足をさせていただきます。

1. 調査研究のスタイル：内科と共同で患者を経過観察することになります。全身検査、全身管理は内科で行ない、眼底検査を眼科で御担当いただくことになります。

2. 眼底検査法：忙しい外来のなかで眼底検査を行なっていただくため、眼科医の先生方の負担をなるべく多くしないため1回/年のデータシート方式を採用しました。

1) 観察結果の報告は1回/年

観察結果の報告は1回/年としました。勿論患者の状態により必要に応じて診療をしていただくこととなると思いますが、本調査研究のために割いていただく手間は1回/年としました。

2) 眼底観察はデータシート方式

眼底観察はデータシートに所見をチェックしていただき提出していただきます。眼底所見をそれぞれの眼科医の先生方に読んでいただくデータシートが基本データとなります。提出していただく眼底写真は主にデータ管理の上で所見の変化を検討する際の参考資料とさせていただきます。写真はカラスライド、ボラロイド写真いずれでもかまいません。観察開始時には蛍光眼底検査は勿論必要ありません。

蛍光眼底検査は軟性白斑が出現し、前増殖網膜症を疑われる場合で、全身的に問題のない場合にのみ施行してください。

3) 網膜症の重症度分類について

網膜症の重症度分類には現在いくつもの分類があり、どれか一つを選択することは困難です。なるべく単純な分類を作成し、余りステージ分類で眼科医の先生方にお手数を掛けないようにしました。Primary Prevetionの項では網膜症なしの状態から少しでも網膜症の所見が出現した状態への変化を捉えるのが目的です。Secondary Inteventionでは網膜出血や硬性白斑がある所謂単純網膜症が、前増殖網膜症以上に進行する変化を捉えるのが目的です。

忙しい日常臨床の間をぬって御協力頂きますことを心から感謝いたします。

糖尿病網膜症経過観察プログラム

観察は観察開始時および以降1年に1回とする。

一人の患者の左右眼は別々に経過を観察する。経過観察中に左右眼のステージが異なってきた場合は、より重症の眼によりend pointを判定する。

網膜症ステージ分類は ①参照。

Primary Prevention

観察開始時 ステージ0

end point 2年続けてステージ1～4のいずれかへ進行したのが確認された時点。

データ管理；データシート（ ②参照）

眼底写真：観察開始時、経過観察のポイントで撮影し提出（撮影法 ③参照）

蛍光眼底写真：ステージ2以上で必ず施行することとする。end pointで撮影されている症例ではend pointでの写真を提出する。（撮影法 ③参照）。NP,IRMA, 静脈変形, NVについて観察し、正しくステージ分類する。

Secondary Intervention

観察開始時 ステージ1

end point ステージ3 or 4へ進行した時点。

データ管理；データシート（ ②参照）

眼底写真観察開始時、経過観察のポイントで撮影し提出（撮影法 ③参照）

蛍光眼底写真：ステージ2以上で必ず施行することとする。よってend pointでは必ず撮影されている筈なのでend pointでの写真を提出する。（撮影法別紙3参照）。NP,IRMA, 静脈変形, NVについて観察し、正しくステージ分類する。

経過観察上の注意

光凝固について：アーケイド以外の光凝固はステージ3以上に進行したときに施行することとする。

アーケイド内の光凝固（糖尿病性黄斑症に対して）はどのステージでも各自の判断で施行する。今回の経過観察の対象とはしない。

内眼手術について：経過観察中に、白内障、緑内障などに対する内眼手術を施行した際には、経過観察用調査票に記載して報告し、観察は上記のend pointまで続ける。

別紙3

①
網膜症重症度ステージ分類

各ステージの所見が一つでもあったら当該ステージに分類する。

重症度ステージ	眼底検査所見	蛍光眼底検査による所見
ステージ 0	網膜症の所見なし	
ステージ 1	点状出血 (*) 斑状出血 硬性白斑	
ステージ 2	軟性白斑	網膜毛細血管床閉塞領域(NP)が眼底の2象限以内に分布 (**)
ステージ 3	IRMA (***) 静脈変形 (****)	IRMA (***) 静脈変形 (****) NPが眼底の3象限以上に広がる (*)
ステージ 4	新生血管 網膜前増殖組織 硝子体出血 網膜剥離	新生血管

通常眼底検査によりステージ2へと進行した際に蛍光眼底検査を施行することとする。

- (*) : 毛細血管瘤 (microaneurysm) は眼底検査で検出するのは難しいので点状出血のみを基準とすることとする。
- (**) : 視神経乳頭を中心に眼底を4象限にわけて、NPの分布している範囲を調べる。
- (***) : 網膜内細小血管異常 (intraretinal microvascular abnormalities) 。
- (****) : 静脈変形は静脈の径不同、ビーズ状変形(venous beading)、ループ状変形(venous loop)、二重化(duplication)など正常の所見から変形している状態をさす。

別紙3

②
データシート

個人識別データ (名前、性別、右眼or左眼など)

ステージ	眼底検査所見	観察開始時	1年	2年～
1 1 1	点状出血 斑状出血 硬性白斑			
2	軟性白斑			
3 3	IRMA 静脈変形			
4 4 4 4	新生血管 網膜前増殖組織 硝子体出血 網膜剥離			

ステージ	蛍光眼点検査所見	観察開始時	1年	2年～
2	NPが2象限以内			
3 3 3	NPが3象限以上 IRMA 静脈変形			
4	新生血管			
重症度ステージ				

各所見は-, +で記入する。+の所見の最も高いステージをもってその時点のステージとする。

NP：網膜毛細血管床閉塞領域

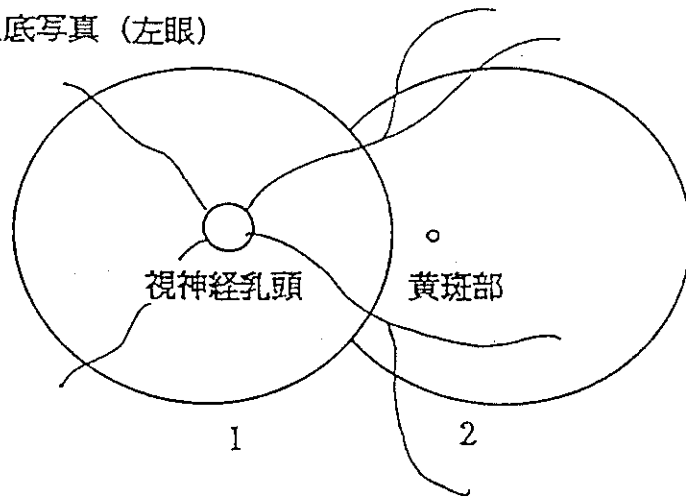
IRMA：網膜内最小血管異常。(intraretinal microvascular abnormalities)

静脈変形：静脈の径不同、ビーズ状変形(venous beading)、ループ状変形(venous loop)、二重化(duplication)など正常の所見から変形している状態をさす。

別紙3

③ 眼底検査について

1. 眼底写真 (左眼)

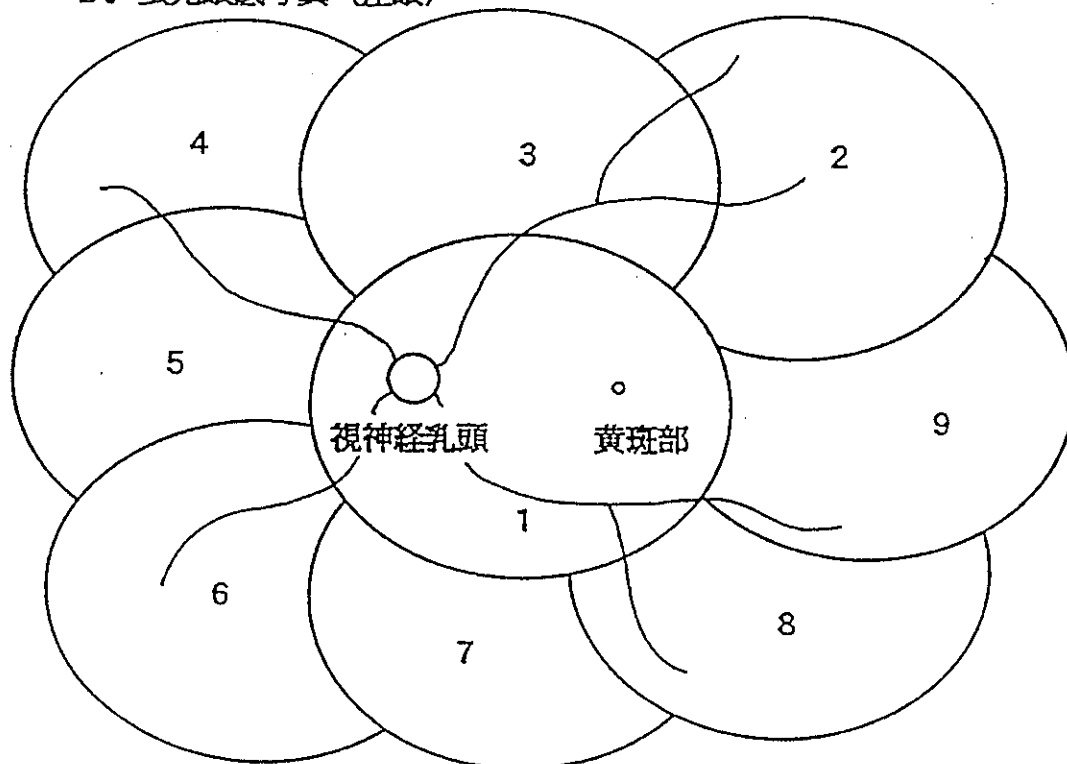


1、2と45度以上の画角で撮影する

1 = 視神経乳頭およびその鼻側

2 = 黄斑部およびその耳側

2. 蛍光眼底写真 (左眼)



1-9は45度以上の画角で

1 = 視神経乳頭および黄斑部を含む、 2 = 耳上側

3 = 上方、4 = 鼻上側、5 = 視神経乳頭鼻側

6 = 鼻下側、7 = 下方、8 = 耳下側、9 = 黄斑部耳側