

### 【手・足部診察】

#### ・概要

「手・足部診察」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①手・足部診察の内容を理解している。
- ②手・足部診察の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

=最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）=

【必要性】 必須      【実施頻度】 2回/年

#### 【基準値】

足背動脈の拍動低下・消失・壊疽・潰瘍・胼胝形成・浮腫 なし（優・良・可）

足背動脈の拍動低下・消失・壊疽・潰瘍・胼胝形成・浮腫 あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】 なし

### 【口腔内診察】

#### ・概要

「口腔内診察」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①口腔内診察の内容を理解している。
- ②口腔内診察の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。
- ③口腔内診察の結果から、他の検査項目を変更できる。

=最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）=

【必要性】 必須      【実施頻度】 1回/年

#### 【基準値】

齦歯・歯周病の症状・歯牙脱落・舌・口腔内感染症の異常なし（優・良・可）

齦歯・歯周病の症状・歯牙脱落・舌・口腔内感染症の異常あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】

異常があれば歯科受診を翌月実施

### 【腹部エコー】

#### ・概要

「腹部エコー」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①腹部エコー の内容を理解している。
- ②腹部エコー の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。
- ③腹部エコー が実施できない時は、「専門医受診」をスケジュールに追加できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】 必須      【実施頻度】 1回/年

【基準値】

異常所見なし（優・良・可）

異常所見あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】

施行不可の場合は、専門医に検査受診

### 【眼科受診】

#### ・概要

「眼科受診」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①眼科受診の内容を理解している。
- ②眼科受診の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】 絶対必須      【実施頻度】 1回/年

【基準値】

異常所見なし（優・良・可）

異常所見あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】

網膜症関連の異常があった場合は、眼科受診を追加する。

異常がない場合も、1回/年の実施。

### 【糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診】

#### ・概要

「糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診の内容を理解している。
- ②糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】選択      【実施頻度】0回/年 ※必要に応じて

【基準値】

異常所見なし（優・良・可）

異常所見あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】

腎症関連の異常があった場合は、糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診を追加する。

特殊検査が実施できない施設の場合、主治医と相談して糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診を追加する。

上記以外で、異常がない場合、糖尿病専門医もしくは腎臓専門医受診は標準スケジュールには入れない。

### 【歯科受診】

#### ・概要

「歯科受診」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①歯科受診の内容を理解している。
- ②歯科受診の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】選択      【実施頻度】0回/年 ※口腔内診察結果に応じて

【基準値】

異常所見なし（優・良・可）

異常所見あり（不可）

【異常値時のスケジュール変更】

口腔内診察で異常があった場合は、歯科受診を追加する。

異常がない場合、歯科受診は標準スケジュールには入れない。

### 【泌尿器科受診】

#### ・概要

「泌尿器科受診」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①泌尿器科受診の内容を理解している。
- ②泌尿器科受診の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】選択      【実施頻度】0回/年 ※尿潜血結果に応じて

#### 【基準値】

異常所見なし（優・良・可）

異常所見あり（不可）

#### 【異常値時のスケジュール変更】

尿潜血結果で異常があった場合は、泌尿器科受診を追加する。

異常がない場合、泌尿器科受診は標準スケジュールには入れない。

### 【内服薬確認】

#### ・概要

「内服薬確認」の内容・実施頻度とスケジュール変更方法、基準値と評価方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①内服薬確認の内容を理解している。
- ②内服薬確認の実施頻度を把握しており、医師にスケジュールを提示できる。

＝最低ラインの知識（必要性・頻度・基準値・異常値時のスケジュール変更内容）＝

【必要性】必須      【実施頻度】12回/年

#### 【基準値】

服薬アドヒアランス良好（優・良・可）

服薬アドヒアランス不良（不可）

【異常値時のスケジュール変更】 なし

### 【運動指導、食事指導】

運動指導、食事指導については、患者教育計画の中で実施する。

<患者教育計画におけるクリティカルパス対象項目>

【服薬：インスリンの自己管理】

・概要

「インスリンの自己管理」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ① 「インスリンの自己管理」の教育スケジュールを提示できる。
- ② 「インスリンの自己管理ができる」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③ 「インスリンの自己管理」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④ 「インスリンの自己管理ができる」かどうかを再度確認するリスクスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】 必要者には大 不必要者は－

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

インスリンを使用している場合のみ。インスリン自己管理指導は、危険度が高いことから、コンプライアンスの確認のみで指導は医師が行うこととする。

【服薬：内服薬の自己管理】

・概要

「服薬：内服薬の自己管理」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ① 「内服薬の自己管理」の教育スケジュールを提示できる。
- ② 「内服薬の自己管理ができる」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③ 「内服薬の自己管理」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④ 「内服薬の自己管理」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤ 「内服薬の自己管理」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥ 「内服薬の自己管理ができる」かどうかを再度確認するリスクスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】必要者には大 不必要者は-

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

内服薬を使用している場合のみ。服薬アドヒアランスはレセプトでもチェックするが、患者からの聞き取りも行う。確認方法は、通院間隔と渡された薬の量から推定する。薬自体の適正は、主治医からの依頼があれば、専門医のセカンドオピニオンを受け、主治医へ連絡する。(看護師は薬の適正に関して患者と直接話をしない)

【疾患：糖尿病の原因となる悪い生活習慣】

・概要

「糖尿病の原因となる悪い生活習慣」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①「糖尿病の原因となる悪い生活習慣」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「糖尿病の原因となる悪い生活習慣を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③「糖尿病の原因となる悪い生活習慣」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「糖尿病の原因となる悪い生活習慣」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「糖尿病の原因となる悪い生活習慣」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

生活習慣の問題点（過食、運動不足、肥満、ストレス）を発見することが重要。初回面接で問題点を発見、目標設定をしたうえで定期的に確認を行い、必要に応じて指導をする。また、面接は HbA1c が急激に悪化（3 ヶ月連続悪化）した場合や新規合併症が発症した場合行い、問題行動を洗いなおす。

### 【疾患：高血糖の症状】

#### ・概要

「高血糖の症状」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「高血糖の症状」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「高血糖の症状を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③「高血糖の症状」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「高血糖の症状」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「高血糖の症状」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「高血糖の症状を知っている」かどうかを再度確認するリスクスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】必要者には大 不必要者は－

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

高血圧の症状（のどの渇き、多飲・多尿、体重減少、頭重感・易疲労、頑固な頭痛、嘔気・嘔吐、意識障害、昏睡）を確認すると同時に、患者へこのような症状が出た時には注意が必要であることを指導する。特に、糖尿病患者は血圧管理基準が厳しくなることを伝え、家庭で定期的に血圧測定を行うよう指導する。測定結果が受領できる場合は、主治医に提示する。（ITシステム入力）

### 【疾患：低血糖時の対応】

#### ・概要

「低血糖時の対応」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「低血糖時の対応」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「低血糖時の対応を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「低血糖時の対応」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「低血糖時の対応」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「低血糖時の対応」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「低血糖時の対応を知っている」かどうかを再度確認するリスクスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】必要者には大 不必要者は-

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

経口摂取が可能な場合（ブドウ糖摂取）、経口摂取が不可能な場合（砂糖を口唇と歯肉の間に塗りつける）など、低血糖時の対応を指導する。可能であれば、家族にも一緒に指導を行う。

#### 【疾患：シックデイの対応原則】

##### ・概要

「シックデイの対応原則」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

##### ・教育完了基準

- ①「シックデイの対応原則」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「シックデイの対応原則について知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「シックデイの対応原則」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「シックデイの対応原則」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤SMBGの使い方を指導することが出来る
- ⑥「シックデイの対応原則」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「シックデイの対応原則について知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

シックデイについての基本症状を患者に伝え、このような症状が出たら、主治医に連絡し指示を受けるよう指導する。脱水予防、血糖値の動きを観察することが重要であり、血糖値観察のためにSMBGの指導を行う。



### 【疾患：HbA1cの目標値】

#### ・概要

「HbA1cの目標値」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「HbA1cの目標値」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「HbA1cの目標値」を定期的に主治医へ確認できる。
- ③「HbA1cの目標値を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ④「HbA1cの目標値」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ⑤「HbA1cの目標値」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑥「HbA1cの目標値」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「HbA1cの目標値を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

HbA1cの目標値は、6.9%？7.0%？であることを理解してもらう。HbA1cの目標値が分からない人は、基礎知識が極端に少ない人であることから、資料は簡易なものを準備する。ただし、主治医の方針で、HbA1c 目標を個人ごとに設定していることもあるので、定期的に主治医へ目標値を確認すること。また、NGSP 値に変更があったことから、注意が必要。

### 【疾患：自分のHbA1c】

#### ・概要

「自分のHbA1c」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「自分のHbA1c」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「自分のHbA1cを知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「自分のHbA1c」の過去データをITシステムでも紙でも提示することが出来る。
- ④「自分のHbA1c」が理解できていない場合、その旨を過去データを添付して主治医に通知することができる。
- ⑤「自分のHbA1c」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。

- ⑥「自分の HbA1c」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「自分の HbA1c を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

定期的に HbA1c データを取りまとめ、患者・医師に通知する。過去データは IT システムに入力。格納するが、患者・主治医へは紙・IT システム両方で提供できるようにする。NGSP 値に変更があったことから、注意が必要。

【疾患：自分の体重】

・概要

「自分の体重」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①「自分の体重」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「自分の体重を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「自分の体重」の過去データを IT システムでも紙でも提示することが出来る。
- ④「自分の体重」が理解できていない場合、その旨を過去データを添付して主治医に通知することができる。
- ⑤「自分の体重」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑥「自分の体重」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「自分の体重を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

訪問時に体重を測定、定期的に患者・医師に通知する。過去データは IT システムに入力。格納するが、患者・主治医へは紙・IT システム両方で提供できるようにする。

### 【疾患：糖尿病の合併症】

#### ・概要

「糖尿病の合併症」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「糖尿病の合併症」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「糖尿病の合併症を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「糖尿病の合併症」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「糖尿病の合併症」を CDSS 実施時（訪問時）に指導することが出来る。
- ⑤「糖尿病の合併症」についての自覚症状（CDSS 結果）と一緒に、合併症に関する知識理解度を、主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「糖尿病の合併症を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

CDSS にて自覚症状を確認するが、合わせて合併症の基礎知識を指導する。

### 【疾患：自分の合併症の有無】

#### ・概要

「自分の合併症の有無」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「自分の合併症の有無」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「自分の合併症の有無を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③「自分の合併症の有無」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「自分の合併症の有無」を CDSS 実施時（訪問時）に指導することが出来る。
- ⑤「自分の合併症の有無」についての自覚症状（CDSS 結果）と一緒に、合併症に関する知識理解度を、主治医へ報告することが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

合併症の確定診断が出た場合、面接にて合併症についての状況を説明する。また、定期的に自分の合併症状況を知っているかを確認する。

【疾患：大血管障害】

・概要

「大血管障害」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①「大血管障害」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「大血管障害を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる
- ③「大血管障害」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「大血管障害」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る
- ⑤「大血管障害」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「大血管障害を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

動脈硬化、脳血管障害、冠動脈疾患について説明し、そのリスクが高いことを説明する。また、動脈硬化、脳血管障害、冠動脈疾患の自覚症状を説明し、そのような状態になればすぐに主治医へ相談するよう指導する。

【疾患：眼科受診の意義】

・概要

「眼科受診の意義」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①「眼科受診の意義」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「眼科受診の意義を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③紹介状原案を作成できる。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

自覚症状がなくても、合併症が進行することを伝え、年に1回は眼科受診をする必要があることを指導する。また、医師には紹介状の原案を作成し提供する。

### 【食事：食品交換表の使い方】

#### ・概要

「食品交換表の使い方」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「食品交換表の使い方」の教育が必要かどうかを判断し、必要な場合は、スケジュールを提示できる。
- ②「食品交換表の使い方を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「食品交換表の使い方」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「食品交換表の使い方」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「食品交換表の使い方」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「食品交換表の使い方を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】小

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

単位計算の方法、計量の方法、記録のつけ方、献立の立て方を指導するが、内容が複雑であることから、患者のリテラシーや興味を考慮して実施するかどうかを判断する。ただし、食事に関する目標は、食品交換表の理解の有無に関係なく実施する。

### 【食事：1日の適切な必要エネルギー量】

#### ・概要

「1日の適切な必要エネルギー量」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「1日の適切な必要エネルギー量」を提示できる。（医師へ提示）
- ②「1日の適切な必要エネルギー量を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「1日の適切な必要エネルギー量」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ④「1日の適切な必要エネルギー量」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑤「1日の適切な必要エネルギー量を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

1日の適切なエネルギー量は、医師が決定するが、医師から依頼があれば看護師が医師へ提案する。面接時に食事目標を設定する際の参考データとする。

【食事：塩分を多く含む食品】

・概要

「塩分を多く含む食品」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①その患者の塩分1日適正量を提示できる。
- ②「塩分を多く含む食品」の教育スケジュールを提示できる。
- ③「塩分を多く含む食品を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ④「塩分を多く含む食品」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ⑤「塩分を多く含む食品」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑥「塩分を多く含む食品」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「塩分を多く含む食品を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

塩分を多く含む食品（肉、魚の加工品・漬物・麺類の汁・インスタント食品等）と、その患者の1日適正量を説明し。食事行動目標設定時の参考とする。

### 【食事：動物性脂肪を多く含む食品】

#### ・概要

「動物性脂肪を多く含む食品」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①その患者の塩分2日適正量を提示できる。
- ②「動物性脂肪を多く含む食品」の教育スケジュールを提示できる。
- ③「動物性脂肪を多く含む食品を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ④「動物性脂肪を多く含む食品」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ⑤「動物性脂肪を多く含む食品」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑥「動物性脂肪を多く含む食品」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑦「動物性脂肪を多く含む食品を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

動物性脂肪を多く含む食品（ラード・バター・ベーコン・肉類の特に脂身など）と、その患者の1日適正量を説明し、食事行動目標設定時の参考とする。

### 【運動：自分が運動が可能かどうか】

#### ・概要

「自分が運動が可能かどうか」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①運動禁忌かどうかを判断できる。
- ②運動器禁忌の場合、その理由とリスクを医師に説明できる。
- ③運動器禁忌の場合、その理由とリスクを患者に説明できる。
- ④「自分が運動が可能かどうか」を、訪問時に説明することが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】大

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

運動禁忌条件から運動指導を行って良いかを判断し、運動指導が出来ない場合は、その理由を説明すると同時に、運動した際のリスクを説明する。

### 【運動：運動の必要性】

#### ・概要

「運動の必要性」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「運動の必要性」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「運動の必要性を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「運動の必要性」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「運動の必要性」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「運動の必要性」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「運動の必要性を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

運動器禁忌でない場合、再発予防・心臓の機能回復・生活の質の向上から、運動が必要であることを説明する。また、運動目標を面接時に設定する。

### 【運動：運動の効果】

#### ・概要

「運動の効果」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「運動の効果」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「運動の効果を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「運動の効果」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「運動の効果」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「運動の効果」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「運動の効果を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

心臓の機能の改善・HDL コレステロールが増えること・中性脂肪が下がること・血糖値が下がること・肥満の予防になること・体力の向上になることなどの「運動の効果」を説明する。



### 【運動：自分にあった運動方法・量】

#### ・概要

「自分にあった運動方法・量」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「自分にあった運動方法・量」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「自分にあった運動方法・量を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「自分にあった運動方法・量」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「自分にあった運動方法・量」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「自分にあった運動方法・量」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「自分にあった運動方法・量を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

1日15～30分程度、週2～3回の有酸素運動(歩行・自転車こぎ・軽いジョギングなど)を患者の興味に合わせて行動目標として設定する。

### 【運動：運動時の注意点】

#### ・概要

「運動時の注意点」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「運動時の注意点」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「運動時の注意点を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「運動時の注意点」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「運動時の注意点」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「運動時の注意点」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「運動時の注意点を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

無理をしないこと・体調の悪いときは休むこと・症状出現時はすぐに中止すること・自分に適した運動内容で行うこと・運動前後は水分を補給すること・目標心拍数内で運動することなど「運動時の注意点」を説明する。

【生活：他院受診時の注意事項】

・概要

「他院受診時の注意事項」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

・教育完了基準

- ①「他院受診時の注意事項」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「他院受診時の注意事項について知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「他院受診時の注意事項」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「他院受診時の注意事項」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「他院受診時の注意事項」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「他院受診時の注意事項について知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

歯科受診や手術などの出血を予測する治療を受ける際は、主治医へおよび他科受診先の医師へ相談することを伝える。

## 【生活：足の手入】

### ・概要

「足の手入」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

### ・教育完了基準

- ①「足の手入」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「足の手入れについて知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「足の手入」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「足の手入」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「足の手入」の指導指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「足の手入れについて知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

糖尿病の人は足病変が起りやすいことを伝え、足背動脈の拍動低下・消失・壊疽・潰瘍・胼胝形成・浮腫について説明する。

## 【生活：口腔内の清潔】

### ・概要

「口腔内の清潔」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

### ・教育完了基準

- ①「口腔内の清潔」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「口腔内の清潔について知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「口腔内の清潔」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「口腔内の清潔」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「口腔内の清潔」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「口腔内の清潔について知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

=最低知っておくべき運用方法と注意点=

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

糖尿病の人は歯周病にかかりやすいということを伝え、齲蝕・歯周病の症状・歯牙脱落・舌・口腔内感染症について説明する。

### 【生活：禁煙の必要性】

#### ・概要

「禁煙の必要性」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「禁煙の必要性」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「禁煙の必要性を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「禁煙の必要性」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「禁煙の必要性」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「禁煙の必要性」の指導指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「禁煙の必要性を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。

＝最低知っておくべき運用方法と注意点＝

【重要度】中

【最低知っておくべき運用方法と注意点】

動脈硬化の促進・血液の粘度を高めること・血管を収縮させ虚血性心疾患の誘発因子となることを説明する。

### 【生活：過剰飲酒の危険性】

#### ・概要

「過剰飲酒の危険性」の指導内容と重要度、指導スケジュール管理方法を教育した。

#### ・教育完了基準

- ①「過剰飲酒の危険性」の教育スケジュールを提示できる。
- ②「過剰飲酒の危険性を知っている」かどうかを訪問時もしくは電話・手紙（メール）で確認できる。
- ③「過剰飲酒の危険性」が理解できていない場合、その旨を主治医に通知、教育資料を提供できる。
- ④「過剰飲酒の危険性」の指導を主治医から依頼された場合、訪問時に指導することが出来る。
- ⑤「過剰飲酒の危険性」の指導結果を主治医へ報告することが出来る。
- ⑥「過剰飲酒の危険性を知っている」かどうかを再度確認するリスケジュールを組むことが出来る。