

インスリン依存型糖尿病患者の学校生活不安・心配点に対するアンケート調査解析 および学校生活での一般的説明文の作成

都立清瀬小児病院 内分泌代謝科

長谷川 行洋、長谷川 奉延、土屋 裕

要約：慢性疾患においてよりよいクオリティオブライフ（QOL）の重要性が提唱されている。

QOLの改善の一つの要素は概当疾患の生活でどのような不安・心配点があるのかを把握することと思われる。我々は本年、小児の代表的慢性疾患として糖尿病（インスリン依存型糖尿病）を選択し学校生活（小・中学校）でどのような不安・心配が存在するかをアンケート調査した。不安・心配内容を明らかにするとともに、必要性の高いことが判明した糖尿病の一般的基礎知識・学校生活での不安・心配点を説明した一般的な文書を作成した（付録参照）。

見出し語： 慢性疾患、クオリティオブライフ（QOL）、インスリン依存型糖尿病、
学校生活、説明書

慢性疾患においてよりよいクオリティオブライフ（QOL）の重要性が提唱されている。QOLの改善の一つの要素は概当疾患の生活でどのような不安・心配点があるのかを把握することと思われる。本研究班でも全体として慢性疾患児のよりよいQOLの第一歩として学校生活（生活管理・運動指導）ではどのような注意点が必要であるのかを研究している。我々は本年、小児の代表的慢性疾患として糖尿病（インスリン依存型糖尿病）を選択し、①糖尿病患者・家族が学校生活（小・中学校）でどのような不安・心配をもっているのか、②学校側が糖尿病患者の学校生活でどのような不安・心配をもっているのか、を中心に調査した。

【対象・方法】

都立清瀬小児病院周辺の保健所35ヶ所・小中学校150校及び通院中のインスリン依存型糖尿病患者・家族70名に学校生活での不安点・心配点についてアンケートを行った。さらに保健所・学校に対しては糖尿病に対する基礎知識及び学校生活上の注意点をどのように得ているかを調査した（調査用紙は紙面の関係および、本報告書の中心ではないことを考え割愛した）。

【結 果】

保健所から28解答（80％）、学校から86解答（57％）、家族から53解答（76％）を得た

1. 糖尿病児の学校生活での不安・心配事項に対する結果

以下に列挙した項目を不安・心配点とあげる解答が多かった。全体として15％以上の対象が不安・心配点を考えたものを表に示した。

2. 糖尿病に対する基礎知識に対する結果

基礎知識は86名（80％）が保護者および主治医から得ていることが判明した。学校生活上の注意点は81名（75％）が有用な情報源なしと答えた。更に、糖尿病の一般的基礎知識・学校生活での注意事項を記した有用なパンフレットの必要性を問うと106名（98％）の

対象者が必要性であると考えていることが判明した。

【考 按】

今回の調査からも糖尿病患者の学校生活上の不安・心配点は決して少なくないことが判明した。全体として家族に比べて学校側の不安・心配が強い傾向があること、家族のなかで学校側の糖尿病に対する無理解を訴えた割合が著しく高いこと（57％）が目すべき結果と思われる。これらの結果から糖尿病の一般的基礎知識・学校生活での不安・心配点を説明した一般的な文書の必要性も高いことが予想され、実際そうした説明書の要望が極めて高いことが判明した。現在までは有用なものが存在しなかった学校生活を念頭に置いた説明書が必要と考え、今回の研究をきっかけに作成した（付録参照）。

表 糖尿病児の学校生活での不安・心配事項に対する結果

	家 族 (n=53)	学 校 (n=86)	保 健 所 (n=28)	合 計 (n=167)
①低血糖	10(19%)	53(62%)	5(18%)	68(41%)
②学校行事のときの対応 (遠足・修学旅行・運動会など)	4(8%)	45(52%)	8(29%)	57(34%)
③食事内容・補食	4(8%)	33(38%)	5(18%)	42(25%)
④他児へどう話すか 他児との友人関係	10(19%)	24(28%)	8(29%)	42(25%)
⑤学校側の一般的無理解	30(57%)	—	8(29%)	38(23%)
⑥運動内容	3(6%)	27(31%)	5(18%)	35(21%)
⑦受験	18(34%)	10(12%)	0	28(17%)

(付録)

こどもの糖尿病 (インスリン依存性糖尿病)

糖尿病には、こどもに多い糖尿病と大人に多い糖尿病の二種類あります。こどもに多い糖尿病は、治療の際インスリン注射を必ず用いるのでインスリン依存性糖尿病とも呼ばれます。

ここでは、インスリン注射を治療に使用するこどもに多い糖尿病について説明します。

1. どういった体質(病気)なのか

血液の中のブドウ糖(血糖)は、健常な子供では一日のうちほぼ一定(食前 110mg/dl 以下・食後 160mg/dl 以下)の値に保たれています。この血糖を一定に保つためには、いくつかの物質が大きな役割をはたしていますが、そのうちのひとつがインスリンです。インスリンは、胃の裏側にある膵臓という場所で作られますが血糖を下げる働きをもった物質です。従ってインスリンが多すぎることが万一あれば血糖は下がりすぎますし、少なすぎれば血糖は逆に上昇します。

子供に多いインスリン依存性糖尿病では、このインスリンという物質がわずかしか作られなくなってしまうことが原因で、血糖が上昇してしまいます。血糖があまりに上昇するので尿にも糖が出てしまう為、糖尿病という名前がついています。治療の際不足しているインスリンを補う意味でインスリン注射をするためインスリン依存性という言葉が使われています。

病気の原因は、まだわかっていませんが免疫(子供がもっている防御機能)、ウィルス感染が関係していることが予想されています。

2. どのような症状がでるのか・どのようにしてみつかると

発病してまもないころは、血糖はあまり上昇していないため無症状で、何かの機会(学校検尿)で尿糖が出てはじめて病院へ行くことになります。

少し病気が進むと血糖が高い為、尿糖が多量に出るようになり、それに伴って尿量が多くなります。これは多尿と呼ばれますが、夜に尿をするようになることで気付かれる事がよくあります。また、多尿のためのどがかわき(口渇)多飲にもなります。通常は、こうした多尿・口渇・多飲がみられた状態で来院・入院することになります。

更に病気が進むと、血糖が高く尿が多いため体のバランスがくずれてしまい体重が減り、疲れやすくなり元気がなくなってしまう。こうした状態が進むと、学校にもいけず家でごろごろ寝ているだけになってしまいます。この状態では一刻も早く病院に行き治療を受ける必要があります。

これ以上病気が進むと非常に危険な状態で、息があらくなったり意識がなくなったりします。通常は、ここまで治療せずに放置されることはないはずで。

3. どのような治療をするのか

こどもの病気の中には、主に医者が治療していく病気と主にこどもあるいは家族の方が中心となり治療していく病気がありますが、糖尿病

は後者に属します。糖尿病のこども・家族は、血糖を測定（指の先から血をとる）したり、尿糖を自分で（自分たちで）測定したり、インスリン注射をしたりしなくてはなりません。また、食事・運動に注意を払ったりすることも必要になる場合があります。

こうした、自分達でしなくてはならない事が多くある糖尿病治療は、子供達にとって決して楽な事ではありません。従って家族の協力、学校・友人といった社会の理解が必要です。残念ながら、まだ糖尿病に対する社会の理解は不十分ですし、偏見も少なくありません。

こどもの糖尿病に対する具体的な治療は、血糖を正常に近い状態で安定させる事が主目的です。血糖が高い状態を続けると、腎臓・眼・神経の病気や脳卒中・心筋梗塞などの成人病が若年から生じてしまうからです。血糖をほぼ一定に保つために、不足しているインスリンを注射で補う・食事を規則正しくとる・運動をなるべく行うといった努力をすることになります。

4. 学校生活での注意

① 糖尿病でインスリン治療をしている子供達は、確かに血糖・尿糖検査、インスリン注射、食事・運動の注意は必要ですが、簡単な注意さえしていれば他の生徒たちとほぼ同じような生活ができます。必要以上の心配や特別扱いは必要ですし、これらは本人を消極的にしたり、自主性をなくしたり、本人に劣等感をもたせることにつながります。家族のみではなく、学校の皆さん方にも過度の特別扱いをしないようお願い致します。

糖尿病の子供達に大切な事のひとは、一生懸命前向きに治療して糖尿病のコントロールを良くすることですが、もうひとつ大切なことは子供達が他の子供と可能な限り同じような生活をして、子供らしく成長・発達して行くことだと考えています。

② 血糖・尿検査・インスリン注射

多くのこどもは学校では通常、血糖尿検査、インスリン注射はしなくてすむように指導されます。しかし一部の子供は、時にこうした処置が学校の昼休みや本人の低血糖発作時（後述）に必要です。

③ 学校給食

多くのこどもは、ごく例外的なものを除いて学校の給食は食べられるように指導されています。しかし、ごく一部の残さなくてはいけない食事（ケーキ・あめなどのお菓子など）について学校側の理解も必要になる場合があります。

④ 間食・補食

糖尿病の子供達の中には、低血糖を防ぐため学校で間食を毎日とることが重要であったり、低血糖を防ぐため・あるいは低血糖の治療のため補食が必要になることがあります。

⑤ 低血糖発作とその処置

軽い低血糖発作の症状は、脱力感・空腹感・頭痛・冷汗・顔面蒼白などであり、こうした時には牛乳1本・パン1枚ぐらいの補食が必要です。更に重たい低血糖発作時には、眠ってしまったり・意識がなくなったり・ひきつけを起こすこともあります。こうした時は、砂糖（10～20g、通常の角砂糖4コ）を少量の水（10ml位）にとき、口の中に流し込み、いつも治療にあたっている先生の自宅に連絡をとって下さい。多くの子供はこうした緊急用の砂糖類を持参しているはずです。

⑥ 体育・クラブ活動など

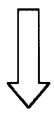
コントロールのよい子供は、体育・クラブ活動・水泳・マラソンなどすべてすることが出来ます。運動をすることにより、インスリンの効き方が良くなる事が知られている為、運動は積極的にしてほしいものです。

⑦ 遠足・修学旅行

こうした課外活動は子供の発達に極めて大切なものであり、インスリンで治療している糖尿病の子供達も積極的に参加すべきと思います。インスリンの注射セット・血糖測定セット・補食のためのスナックを用意して行くことが大切ですが、必要なもの・用意はいつも見て下さっている先生が教えてくれるはずです。

⑧ 精神的問題

糖尿病でインスリン治療をしている子供達の中には『どうして自分だけがインスリンの注射をするのか』『どうして自分だけが血糖測定をするのか』『どうして自分だけが食事の注意が必要なのか』といった疑問をもつことがあります。時には、糖尿病を自主的にコントロールしていこうという積極性がなくなり、定められていない食事を好きなだけとったり、治療を拒否することがあります。こうしたことがきっかけとなり、他の日常生活の積極性が失われてしまう事も稀にあります。こうした様子があるようでしたら家族の方は、いつも治療している先生に連絡をして下さい。



検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用

論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



要約:慢性疾患においてよりよいクオリティオブライフ(QOL)の重要性が提唱されている。QOL の改善の一つの要素は概当疾患の生活でどのような不安・心配点があるのかを把握することと思われる。我々は本年、小児の代表的慢性疾患として糖尿病(インスリン依存型糖尿病)を選択し学校生活(小・中学校)でどのような不安・心配が存在するかをアンケート調査した。不安・心配内容を明らかにするとともに、必要性の高いことが判明した糖尿病の一般的基礎知識・学校生活での不安・心配点を説明した一般的な文書を作成した(付録参照)。