

第6回

日本プライマリ・ケア連合学会学術大会

The 6th Annual Conference of Japan Primary Care Association

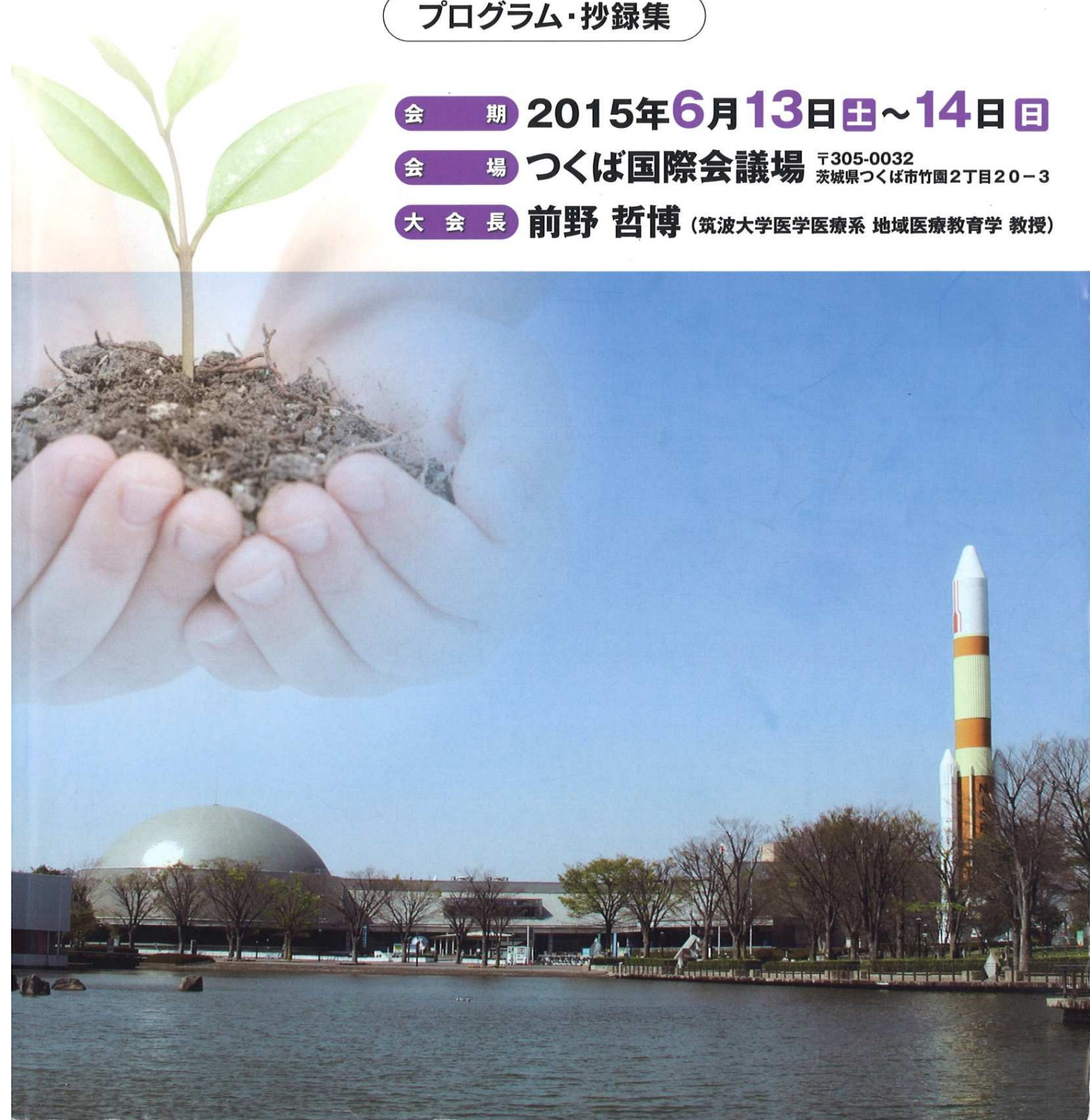
人びとの暮らしを支える医療人の育成

プログラム・抄録集

会 期 2015年6月13日(土)~14日(日)

会 場 つくば国際会議場 〒305-0032
茨城県つくば市竹園2丁目20-3

大会長 前野 哲博 (筑波大学医学医療系 地域医療教育学 教授)



診療所における生活習慣病患者へのインターネットを利用した栄養指導に関する有用性

堀越 健¹ 大橋 博樹¹ 高木 暢¹ 杉本 恵子²
竹並 恵里² 須田 涼子²¹多摩ファミリークリニック ²株式会社ヘルシーピット

【目的】現在、生活習慣病患者に対して栄養指導が行われている施設は少なく、常勤栄養士不在などによりアクセスは十分ではなく、効果的な栄養指導が行われているとは言い難い。今回インターネットを利用した継続的な栄養指導「ミールクリニック」による介入を行った。これによる生活習慣病改善についての有用性を検討した。

【方法】デザインは診療録を用いた後ろ向き研究である。組み入れ基準は高血圧症・2型糖尿病・脂質異常症と診断されている通院患者の中で調査期間中にミールクリニックによる栄養指導を行った合計30人を対象とし、カルテ・測定記録から解析を行った。患者は毎日の食事を携帯電話のカメラで撮影しコメントとともにインターネット上に登録し、それを踏まえ栄養士がメールとテレビ電話による指導を行った。介入前後の身体測定値、採血結果、国際標準化身体活動質問表、摂取エネルギー量、アンケートによる生活習慣・意識変容の評価を比較対象とした。

【結果】身体測定値、採血結果、国際標準化身体活動質問表、摂取エネルギー量についてt検定による解析を行った。その結果有意差が確認されたものは、体重平均 -2.1kg ($p=0.001$)、BMI平均 -0.9% ($p=0.001$)、腹囲平均 -2.4cm ($p=0.014$)、HbA1c平均 -0.3% ($p=0.027$)、LDLコレステロール平均 -12.1mg/dl ($p=0.001$)、ALT平均 -11.4IU/l ($p=0.037$)、摂取エネルギー量平均 -377.9kcal ($p=0.002$)であった。終了後アンケートでは「思ったよりも携帯電話の利用が簡単だった」「毎回のアドバイスやテレビ電話がやる気の維持に役立った」など概ね良好な評価であった。

【結論】インターネットの利用によってアクセスが良く、細やかな栄養指導を行うことができた。その結果、これまで本人の努力では改善が困難であった体重やLDLコレステロールなどの数値の改善を見ることができた。アクセスの良い環境を構築することにより生活習慣病改善における栄養士の重要性はさらに高まると考えられた。