



コラム

● 糖尿病外来について ●

QI 委員 坂総合クリニック看護師 相澤 恵美子

今回は坂総合クリニック・糖尿病外来で毎月第 1 水曜日に開催されている糖尿病教室について御話したいと思います。

参加される方は他の医療機関や当院他科から紹介され、糖尿病外来を初めて受診された方が対象となります。

糖尿病教室の内容としては、第 1 講義は糖代謝科医師から糖尿病とはどんな病気か？治療法・合併症を中心に一方的な講義ではなく、わからない事があれば質問できるような形式で行います。第 2 講座はメディカルフィットネス「のびのび」の運動療法士から運動するとどうして血糖が下がるのか？運動するのに適した時間はいつなのか？ウォーキングやジョギングだけが運動ではない！椅子に座りながら手足を動かすストレッチ法でも十分に運動効果がある事を話し、実際に運動を行います。第 3 講座は管理栄養士による食事についてです。食品には表 1 から表 6 まで分類がある事・医師より指示されたカロリー内であれば好きな物を食べていいわけではなくバランスよく食べるのが重要である事・主食である炭水化物を減らす事で次の食事時間まで空腹になり間食する要因になる事・「ゼロカロリー」と表示されている飲料水は本当は「ゼロ」ではない事(100ml あたり 5 キロカロリー以下であれば「ゼロ」と表示してよい決まりがある)などお話をします。その後、病院食が運ばれ自分が摂取可能な主食の量を計量してもらい、メニューの説明があり、副食の味付けの工夫の仕方について話を聞きながら食事をします。

「糖尿病」と聞くと「運動しなきゃいけない」・「好きな物が食べられない」とマイナスイメージを持つ方が多いと思います。これからも糖尿病について正しい知識を持ち、楽しい日常生活を送ってもらえるよう援助していきたいと思っています。



シリーズ“統計のはなし” No.24

平均値と中央値、どっち？

ときどき、発表などに使う統計資料について相談を受けることがあります。みなさんお気づきかもしれませんが、相談に乗るのも気づく点が多いので、ぜひお気軽にお尋ねください。

さて、相談の中で「この場合、平均値と中央値のどちらを使うべき？」とよく質問されます。これ、二者択一のように、次のようなポイントが分からないと答えられない悩ましい質問です。

(1) データの分布は？

集めたデータのヒストグラムが正規分布のように左右対称に近ければ平均値を使えます。一方、極端に違う値がデータに含まれる場合、平均値はそのデータに影響を受けやすいため、中央値を使ったほうが良いでしょう。どちらにしても、データ全体を表現する「代表値」としてどちらが良いか、図示してみて検討することをおすすめします。図示できない場合…「どちらを使うべき？」の前に、データの整理から一緒に検討させてください

◎ (参考: <http://goo.gl/3qZZfk>)

(2) 検定方法は？

例えば、2 つのデータ群について t 検定をする場合、「平均値」を対象にした検定なので、当然「平均値」を示すべきです。検定する場合、その対象が平均値なのか、中央値なのか、検定方法の説明を調べてみましょう(ノンパラメトリック検定の場合は中央値が用いられますが、では検定方法は何か良いか…？というのはまた別の話)。

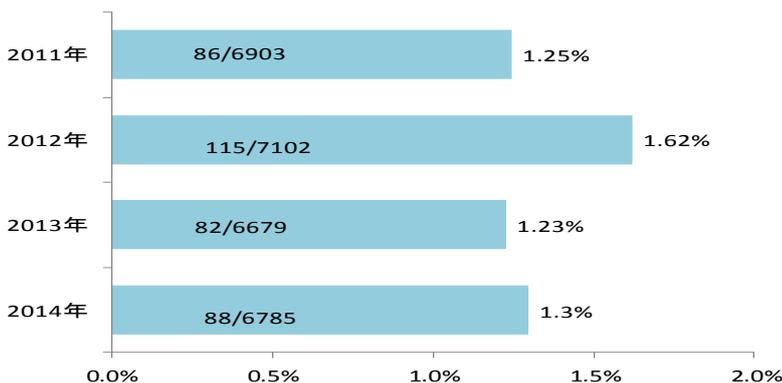
(3) 投稿先は？

学会や発表先によっては、投稿規定によって統計量の提示方法が定められていることがあります。この場合、規定に従いましょう。どう解釈してよいかわからない場合、規定集をご持参してご相談ください。

余談： 検定方法の例題を調べたい場合、「44 の例題で学ぶ統計的検定と推定の解き方」(<http://goo.gl/mVkpFe>) が読みやすい本です。(Google ブックスでチラ見: <https://goo.gl/qoxQvi>)

医療情報企画センター SE 佐藤洋之

指標紹介 褥瘡新規発生率



褥瘡新規発生率は、提供されるべき医療の重要な項目であり、栄養管理、ケアの質評価にかかわる指標です。病院の規模や、急性期・慢性期病床の違い、患者の重症度などにより、施設ごとのデータにばらつきが出る指標でもあります。

2014 年は 1.3%であり、2011 年の 1.25%、2013 年の 1.23%よりはやや増加しているものの、安定していると考えられます。入院時には全患者に対して褥瘡危険因子を評価し、危険度の高い患者については褥瘡予防対策を立案し実践しています。

褥瘡危険因子の入院時、転入時、2 週間毎の定期的な評価を行い危険度の高い患者については、入院時から褥瘡予防対策を開始しています。また、エアマットやウレタンマットレスなど適切な体圧分散寝具の使用、除圧の為の背抜き・足抜きやポジショニングなどの工夫を行っています。褥瘡が新規発生した場合は、皮膚排泄ケア認定看護師への報告と共に、発生要因について分析し、要因の除去と早期治療に努めています。

QI 委員 看護師 久保 篤子

次号 (第 25 号・11 月発行予定)のご案内

今回は引き続き指標紹介「42 日以内の緊急再入院」、シリーズ“統計のはなし”No.25 を予定しています。

