

主な学習内容と回数



説明	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目
	(1日目) □「糖尿病療養指導 2週間コース」の学習スケジュールを説明します。 *本日より「糖尿病」について学習をします。筆記用具を準備してください。						
生活指導	□学習① 入院治療計画書に沿って、入院の必要性・期間・治療について説明します。	□学習② 日常生活のこころえについてお話しします。	□学習③ 救急時の対処法と糖尿病との付き合い方についてお話しします。				
	*入院生活のリズムをつくりましょう。 *退院後の生活習慣について考えてみましょう。 *随時ビデオでの学習もあります。						
食事療法	□学習① ビデオで学習します。	□学習② 入院前の食生活についてお聞きします。	□学習③ バランスよい献立について学習します。	□計量実習 ご飯を計量します。	□学習④ 合併症予防の食事について学習します。	□学習⑤ これまでの学習を確認します。	□学習⑥ 退院後の計画を話し合い食事目標をたてます。
	*病院食をメモし、食品のバランス・量を覚えましょう。 *食品交換表による食品の仲間分けを覚えましょう。 *栄養士による食事指導を参考に、ご自身の食生活を振り返ってみましょう。						
運動療法	□学習①(ビデオ) ビデオを見て学習します。	□運動実習 正しい運動療法について実習します。					
	*医師の指示により運動を開始します。 *運動方法を説明し、ライフコーダーを装着します。 *目標運動量は、血糖のコントロール状態・合併症の程度により異なります。医師の指示をうけましょう。 *食後の運動を原則とし、低血糖に注意しましょう。 *退院後の運動療法について考えてみましょう。						
薬物療法	□学習① 糖尿病の薬やインスリン注射について説明します。						
	*入院時に薬剤師が持参薬の確認をさせていただきます。 *ご自分の薬の名前・飲む時間または注射する時間・量は必ず正確に覚えましょう。 *血糖のコントロール状況により薬の種類・量が変わる場合があります。医師の説明を受けてください。						
検査	□糖尿病の検査について説明します。						
	*どんな検査をするのか説明を聞きましょう。						
合併症予防	□眼の合併症について説明します						
	*眼の合併症について説明を聞きましょう。						
歯科検診	□歯の衛生について説明します。						
	*歯の衛生について説明を聞きましょう。						
教室	□糖尿病教室に出席します。						
	*糖尿病教室は、水・金曜日の午後1時から5階デイルームで開かれます。						