

知っていますか？ 「糖尿病連携手帳」

公益社団法人 日本糖尿病協会 糖尿病連携手帳 第3版

2018.10 北九州CDEの会作成（2017年認定者作成）



糖尿病連携手帳とは？

糖尿病連携手帳は、日本糖尿病協会が発行しています。患者さん本人と、関係する医療機関や医療関係者とが検査結果や治療方針を共有することができ、**糖尿病連携をスムーズに行うための大切な手帳**です。

どこでももらえるの？

かかりつけの医療機関で無料で配布しています。主治医の先生にご相談ください。

いつ使用するの？

病院を受診する際に必ず持参しましょう。毎月の検査結果、歯科・眼科などの検査情報、療養指導の記録などを記入してもらいましょう。

外出時には必ず持っていきましょう。外出先で急に体調が悪くなった場合、「糖尿病連携手帳」があると、救急隊員や医療関係者が迅速に対応することができます。

糖尿病連携手帳関連グッズ紹介①

☆自己管理応援シール☆



「マールくん」を用いた、治療目標や薬物療法の状況が一目で分かるシール

日本糖尿病協会 発行

自己管理シールを貼り、ほっぺたみたいなデザインにすることをオススメしています！



手帳はもっておくだけでいいの？

手帳をもらったら、まず**基本情報(P4~7)**を書きましょう！合併症などの身体状況やかかりつけ医、緊急連絡先などが一目でわかるようになっています。病院受診で検査を行った際は、**検査結果(P8)**や**合併症関連検査(P18)**に結果を書き込んでいきましょう！検査結果の経過や合併症評価が漏れなく行われているかなどがわかります。治療ポイントも書き込めるようになっているので、日常生活における注意点もわかりやすくなります。

どんなことが書いてあるの？

血糖コントロールの目標(P28)や、代表的な合併症(P30)について書かれています。合併症予防ポイントなども書かれているため、合併症を発症・悪化させないよう活用してください。



アプリの紹介！！

健康、医療、介護データ、運動・食事を自分自身で管理できるアプリ「かかりつけ連携手帳」です。一生涯を通じてデータを保存できるのでぜひ活用してみてください！

右のマークがアプリのマークです。→→→→→→→→
ホームページ：「<https://phr-project.jp/>」



糖尿病連携手帳関連グッズ紹介②

☆連携シール☆

連携手帳に貼り、病院受診や指導を受けた日にチェックを入れます。患者さん・医療スタッフ両方が受診した日が一目でわかるようになっています。

北九州市保健福祉局健康推進課 発行

内科での血糖値の測定	H11 ① 2 ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
眼科 (網膜症)	(6ヶ月1回) ① 2 ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
歯科 (歯周病)	1 ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
食事指導	1 ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
生活指導	1 ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
お薬の服用や服薬指導	① 2 ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫
特定健診 (1年1回)	1 ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫