平成30年度 山口県糖尿病療養指導士講習会 第2回確認試験 正解・解説

	正解	解説
問1	a	ガイドブック P54、59、64(表 7)参照。 b. 肥満者での体重の通常減量速度は 1 か月間に 2kg 以内とする。 c. 食事療法で重要なことは、適正なエネルギー量の食事と規則的な食事習慣と栄養素のバランスが良い食事の 3 つである。 d. 3 食とする。規則的な食事習慣は食後血糖値の変動を少なくし、著しい高血糖や低血糖を避ける。 e. 時間と共に誤差が生じるので時々計量の確認が必要。
問2	e	ガイドブック P55、57 参照。 a. 標準体重で計算。 標準体重＝〔身長(m)〕^{2}×22 エネルギー摂取量＝身体活動量×標準体重 b. 成人の場合、軽労作の人の身体活動量の目安は 25～30kcal/kg 標準体重である。 c. 炭水化物のエネルギー比率は指示エネルギー量の 50～60%エネルギーとする。 d. 食物繊維は合併症を予防するため 1 日 20g 以上を目標とする。
問3	e	ガイドブック P55、56、60、63 参照。 e. アルコールを許可された場合、指示エネルギーの約 10%以内の 1～2 単位とする。
問4	b	ガイドブック P62、63 参照。 a. 5kcal 未満は無・ゼロ・ノン・レス、カロリーオフと表示できるのは 20kcal 以下。 c. 外食や中食は表 1・表 5 が多く、表 6 が少ない。 d. 補食とは低血糖対策で 1 日のエネルギー量にプラスして血糖変動の是正を図る。 e. 1 食 1 単位食べ過ぎで 1 か月に 1kg 体重が増える計算になる。
問5	d	ガイドブック P56 参照。 (3) チーズ ― 表 3 (5) かぼちゃ ― 表 1
問6	b	ガイドブック P74 ページ参照。 初診後、一定期間(通常 2～3 ヶ月程度)食事療法と運動療法を励行させたのち、なお血糖コントロールが不十分な場合に投与を開始する。
問7	c	ガイドブック P74 参照。 経口血糖降下薬による低血糖は遷延する場合があり、注意を要する。
問8	a	ガイドブック P74～80 参照。 (3) 最終的には糖質は全量吸収されるので、食事療法を遵守させる必要がある。 (4) 消化器系の副作用が多いはα-グルコシダーゼ阻害薬である。 (5) インスリン分泌作用はなく、インスリン抵抗性を改善させる作用がある。
問9	e	ガイドブック P78～79 参照。 単独で用いるほかに、作用機序の異なる他の経口血糖降下薬やインスリンと併用することも多い。
問10	d	ガイドブック P80 参照。 高齢者ではサルコペニア、脱水のリスクが高く、慎重に投与する。

平成30年度 山口県糖尿病療養指導士講習会 第2回確認試験 正解・解説

	正解	解説
問 11	b	(2) ステロイド使用時は相対的適応である。 (3) スルホニル尿素薬無効例は相対的適応である。 (4) インスリンの絶対的適応は血糖値では規定されない。
問 12	a	(3) 配合溶解型の作用の持続時間は約 24 時間もしくはそれ以上である。 (4) 持続皮下インスリン注入療法には超速効型または速効型を使用する。 (5) 混合型インスリンは懸濁製剤である。
問 13	c	a. 主に 3 機種が使用可能である。 b. インスリン分泌が著しく低下した重症 2 型糖尿病には適応がある。 d. 注入セットは 2～3 日で取り換える。 e. 強化インスリン療法で良好なコントロールであれば特に適応はなく、患者の受け入れも必要である。
問 14	d	(1) 入浴による血流増加で吸収は早くなる。 (2) グルカゴン注射は筋肉内注射である。 (5) 自己判断でインスリンを中止してはいけない。
問 15	d	a. GLP-1 受容体作動薬には胃内容物排出抑制による食欲低下作用がある。 b. グルカゴン分泌抑制作用を有する。 c. インスリン依存状態では適応がない。 e. 体重増加をきたしにくい。
問 16	a	(1) 正解 (2) 正解 (3) これは結果予期が低く、効力予期も低い患者（パターンⅣ）の説明。 パターンⅡは、自信がない状態であり、自己効力を高める情報を与えることが必要。 (4) 言語的説得では、専門性に優れ、魅力的な人から励まされたり、褒められたり、また、きちんと評価されると自己効力が高まる。 (5) モデリングでは、条件のそろっている人ができているのを見たり聞いたりすると自己効力を下げる。自分と同じ状況で、同じ目標をもっている人の成功体験や問題解決法を学ぶと自己効力が高まる。
問 17	b	b. 正解
問 18	b	a. 正解 b. 問題と自分との関係を見直すのは「自己の再評価」。 「環境の再評価」は、問題が周りの人や環境に与える影響を考えることである。 c. 正解 d. 正解 e. 正解
問 19	b	(1) 正解 (2) エンパワーメントアプローチでは、患者の視点から問題を特定する。 (3) エンパワーメントアプローチでは、患者が自分自身の潜在的な能力に気づき、自分で納得したうえで行動を変えていくことを目的とする。 (4) 患者自身が問題点や改善策を考え自己管理を行う。医療者は、患者が自己管理できるように必要な情報を提供し支援する。 (5) 正解
問 20	c	(1) 正解 (2) ショック期は、事実を受け入れられない時期である。 (3) ショック期には、無感情となる。 (4) 正解 (5) 正解