

## 糖尿病運動療法の可能性—Scienceとしての進歩と療養指導における理学療法士の可能性—

### 3 糖尿病療養指導における理学療法士の役割と期待

永寿総合病院 糖尿病臨床研究センター 渥美 義仁

糖尿病患者は増加を続け、現在950万人を超えると推定されている。糖尿病の治療目標は、糖尿病腎症、網膜症、神経障害、心血管病変、足潰瘍などの合併症によるQOL低下と健康寿命をまっとうすることである。糖尿病腎症は透析導入の最大原疾患で約44%を占め、糖尿病網膜症は視覚喪失の2番目の原因疾患である。世界では糖尿病足病変により30秒に一本足が切断されている。このように糖尿病は健康障害の重大な原因であるので、国家的対策も取られているが成果が上がりにくい。その理由は、自覚症状に乏しいことと、薬物療法が進歩した現在も食事療法と運動療法が治療の基本だからである。生活習慣が治療の根幹であることから、患者自身が糖尿病の病態、合併症、治療法を知って、食事・運動療法の必要性を理解して実践することが必要である。幅広いアプローチが求められるため、1型にも2型に対しても様々な医療職による

チーム医療が行われてきた。これまで理学療法士は、糖尿病の運動療法の指導や支援と、脳血管障害、心血管疾患を発症したり透析となった糖尿病患者のリハビリを主に担当してきた。いずれも糖尿病の幅広い知識が求められるので、糖尿病療養指導士の認定を取得する理学療法士が増えている。今後は、高齢で複数の心血管病変を有し、サルコペニアやフレイル状態となり、認知症も併せ持つ糖尿病患者が増えることから、これらの発症や進行予防を担うことが求められる。糖尿病患者の健康寿命を延ばし、できるだけ長く一人で身の回りのことができ、尊厳を保って生活できるようにするために、理学療法士の役割は益々広がる。この役割を担うには糖尿病の療養指導全般、食事療法、薬物療法、低血糖の対処などの知識と、糖尿病患者の動機づけも習得する必要がある。

## スポーツと理学療法—これまでのあゆみと新たなる可能性への挑戦—

### 1 我が国におけるスポーツ理学療法の現状と課題

日本福祉大学健康科学部リハビリテーション学科理学療法学専攻 小林 寛和

スポーツの変化に伴い、理学療法士のスポーツへの関わりは年々増しつつある。競技スポーツの高度化や障がい者スポーツ、地域スポーツ、生涯スポーツ等々、実施目的と対象者層の多様化が著しい中、様々な背景(実施目的、活動レベル、年齢層など)の対象者から、スポーツ復帰・再開、外傷・疾病予防、競技パフォーマンス向上、等への対応が我々に求められている。その実践は、医療の場に限らずスポーツ活動の場にも拡がりを見せている。

我が国では、特に2000年以降、国際的競技力の向上に加えて、国民が目的に応じたスポーツ活動を実践できるための施策がなされてきた。環境やシステムについては、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会、2019年ラグビーワールドカップ等を目的に整備が急がれている。2011年に施行されたスポーツ基本法では、スポーツに関する施策は国の責務であることが明記され、

国民のスポーツ機会の確保、競技水準の向上、また科学的研究の推進についても言及されている。この明確な指針に基づき、スポーツに関する状況は加速的に変化していくものと思われる。

今後、スポーツを取り巻く状況にあわせて、理学療法士に求められる役割と任務は高度化、多様化していくであろう。我々が提供する内容の充実に向けて、知識や技能の基盤とすべき事項を整理していくこと、その根拠を明確にしていくこと、そして他職種との協働を強化していくことが必須である。また国内のみにとどまらず、国際的な活動も急務となる。

本シンポジウムでは「これから」のスポーツ理学療法の可能性について考えてみたい。また、その実現に向けた現状の課題について検討する機会としたい。