

糖尿病患者における水分補給方法に関する理解度調査

佐々木和紀¹⁾、竹村健志¹⁾、前田守²⁾、長谷川佳孝²⁾、月岡良太²⁾、森澤あずさ²⁾、大石美也²⁾

- 1) 株式会社ダイテク
- 2) 株式会社アインホールディングス

【目的】糖尿病患者は、高血糖に伴う浸透圧の上昇により脱水症をきたしやすく、その予防に水分補給を正しく行うことが重要である。そこで本研究では、糖尿病患者の水分補給に関する理解度を調査し、糖尿病患者が効果的に水分補給を行うために必要な指導の内容を明らかにする。

【方法】2017年2月から2ヶ月間に当社47薬局に来局した糖尿病治療薬服用患者（水分制限患者を除く）491名を対象にアンケート調査を行った。調査内容は、現病歴、糖尿病治療薬の使用歴、脱水症状の経験、水分補給の有無（有の場合はタイミングも）水分補給時の飲料、服用中の糖尿病治療薬の種類を6項目とした。

【結果】水分補給を実施している患者の割合（以下、水分補給率）は60歳代が最も低く、治療歴が長いほど高くなる傾向が見られた。水分補給のタイミングは食事中（50.6%）が最も多く、次いで起床時（49.4%）、入浴後（44.7%）となり、入浴前（14.1%）、運動前（8.1%）、飲酒後（7.2%）は少なかった。飲料については水（69.9%）が最も多く、次いでコーヒー（51.7%）、緑茶（46.8%）であった。脱水症状を経験したことがある患者の水分補給率は72.8%であり、経験していない患者（61.4%）より高かった。

【考察】本結果より、患者は喉の渇きを覚えたタイミングで水分を摂取する傾向が強いと考えられた。特に、入浴前や運動前などは、その後の行動で発汗し脱水の危険性が増すが、喉の渇きを覚えていないために水分補給が疎かになる傾向がある。またアルコールの摂取は、その利尿作用で脱水の危険性が増すにも関わらず、飲酒後は水分を摂取した感覚になっている可能性も考えられた。今後は糖尿病患者への服薬指導では、定期的な水分補給の重要性と、コーヒーやアルコールなどの利尿作用がある飲料は避けることを伝える必要がある。特に、60歳代の患者、糖尿病治療歴の短い患者、脱水症状の経験のない患者には、しっかりと指導をする必要がある。

（第11回日本薬局学会学術総会（2017年11月、大宮）にて発表）