

2015 年度
福岡県糖尿病療養指導士
認定試験

基礎問題 60 問
(1 題 1 点)

制限時間 90 分

【問題 1】 1 型糖尿病について間違っているものを 1 つ選べ。

1. 好発年齢は 8～12 歳で、思春期にピークがあるが中高年以降にも認められる。
2. 一般には急激に発症することが多いが、経過とともに徐々に膵 β 細胞機能が低下し、数年後にインスリン依存状態に進行する緩徐進行 1 型糖尿病もある。
3. 日本人では HLA の DR4、DR9、が疾患感受性である。
4. GAD 抗体、IA-2 抗体が陽性の場合には 1B 型と診断する。
5. 1 型糖尿病は小児慢性特定疾患治療研究事業の対象疾患であり、18 歳未満の児童（引き続き治療が必要であると認められる場合は、20 歳未満）が対象となる。

【問題 2】 劇症 1 型糖尿病について間違っているものを 1 つ選べ。

1. 約 70% の症例で前駆症状として上気道炎症状（発熱、咽頭痛など）、消化器症状（上腹部痛、悪心、嘔吐など）を認める。
2. 原則として GAD 抗体などの膵島関連自己抗体は陰性である。
3. 糖尿病症状発現後 1 週間前後以内でケトosisあるいはケトアシドーシスに陥る。（初診時尿ケトン体陽性、血中ケトン体上昇のいずれかを認める）
4. 初診時の（随時）血糖値が 288 mg/dl (16.0 mmol/l) 以上である
5. 初診時の HbA1c (NGSP) 9% 以上である。

【問題 3】 2 型糖尿病の特徴について正しいものを 2 つ選べ。

- a. 高血糖そのものにより、インスリンの分泌低下とインスリン抵抗性が生じる。これをブドウ糖毒性という。
- b. インスリン非依存状態であり、ケトアシドーシスになることはない。
- c. 家族内発症が多く遺伝素因が濃厚である。
- d. 肥満ではない人に発症することはない。
- e. 若年もしくは小児期の発症は年々減少している。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 4】 インスリン分泌とインスリンの作用について間違っているものを2つ選べ。

- a. インクレチンは腸管より分泌され、血糖依存的にインスリン分泌を促進する。
- b. 境界型では、インスリン分泌指数が低下したもの（0.4 以下）は糖尿病への進展率が低い。
- c. インスリンは肝臓でのグリコーゲン蓄積を促進、肝臓でのブドウ糖産生を抑制する。
- d. インスリンは解糖系の酵素を活性化するとともに脂肪分解を促進する作用を有する。
- e. 糖尿病ではブドウ糖負荷後のインスリン初期分泌が低下している。

1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 5】 インスリン抵抗性について正しいものを2つ選べ。

- a. スルホニル尿素 (SU) 薬はインスリン分泌促進作用を示すが、インスリン抵抗性改善作用を示すものはない。
- b. 高インスリン血症はインスリン抵抗性が存在する時の指標の一つである。
- c. 肥満者は、インスリン抵抗性を認めにくい。
- d. インスリン抵抗性、内臓肥満をベースに脂質代謝異常、高血圧、耐糖能障害が起こり、動脈硬化性疾患が発症するのがメタボリックシンドロームの病態である。
- e. 空腹時血糖値が 130mg/dl で、HOMA-R が 1 であったため、インスリン抵抗性があると考えた。

1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 6】 糖尿病と診断できるものについて正しいものを2つ選べ。

- a. 空腹時血糖値が 150mg/dl、HbA1c 7% (NGSP) であった。
- b. 空腹時血糖値が 170mg/dl、糖尿病網膜症を認めた。
- c. 口渇、多飲、多尿を認め、HbA1c 6.8% であった。
- d. 口渇、多飲、多尿を認め、糖尿病網膜症を認めた。
- e. 初回検査で、空腹時血糖値 130mg/dl、同日施行された 75gOGTT の 2 時間値 220mg/dl であった。

1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 7】 血糖コントロールの指標について正しいものを1つ選べ。

1. HbA1c 値は過去 2 週間の平均血糖値を反映する。
2. HbA1c 値は赤血球寿命と関連し、溶血性貧血や腎性貧血、肝硬変などで偽高値を示すことがある。
3. すべての患者で HbA1c の目標値は 7%未満である。
4. グリコアルブミン(GA)は、過去 2 か月間の平均血糖値を反映する。
5. 1, 5-AG(1, 5-アンヒドログルシトール)は、尿糖排泄量と相関して低下するので、SGLT2 阻害薬内服中は、平均血糖値を反映しなくなる。

【問題 8】 血糖や尿糖の自己測定の指導について間違っているものを1つ選べ。

1. インスリンおよび GLP-1 作動薬により治療中の患者は血糖自己測定(SMBG)が保険適応となる。
2. インスリン治療中の患者が保険適応で SMBG を開始する場合は、医療機関が血糖測定器を貸与する。
3. 1 型糖尿病のシックデイ対策では、SMBG が重要である。
4. 尿糖が陽性であれば、尿糖測定時点の血糖が 170mg/dl 以上であると推定してよい。
5. SMBG では、果物や菓子に触れた後、そのまま指先から採血すると偽高値を示すことがある。

【問題 9】 自己管理指標の記録と活用について間違っているものを2つ選べ

- a. 日本糖尿病協会の発行している「自己管理ノート」は主に血糖自己測定を記録し、インスリン注入量や食事、運動、低血糖についても記録できるようになっている。
- b. 「血圧手帳」には外来受診時の血圧を記録する。
- c. 「グラフ化体重日記」とは体重測定を起床直後、朝食直後、夕食直後、就寝直前の 1 日 4 回行い、その体重変動をグラフ化したものである。
- d. 「自己管理ノート」「糖尿病連携手帳」は有料で配布されている。
- e. 日本糖尿病協会の発行している「糖尿病連携手帳」は検査値や治療内容、合併症の検査所見などが記録でき、地域連携パスとして病診連携の役割を担う手帳である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 10】 糖尿病合併症の検査について正しいものを2つ選べ。

- a. 糖尿病腎症第2期（早期腎症期）は軽微なアルブミン尿（30～299mg/g クレアチニン）が認められる。
- b. 糖尿病腎症第4期（腎不全期）はGFR60ml/分/1.73m²未満である。
- c. 頸動脈病変の早期発見のため、頸動脈超音波（エコー）検査は有用である。
- d. 糖尿病網膜症に対する眼底検査は視力低下など自覚症状が出現したら行う。
- e. 心電図 R-R 間隔変動係数（CV_{R-R}）は感覚・運動神経を評価する検査である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 11】 糖尿病大血管障害について正しいものを2つ選べ。

- a. 糖尿病患者が心筋梗塞を起こす危険度は耐糖能正常者の3倍以上である。
- b. 糖尿病患者の虚血性心臓病では、多枝病変であることが多い。
- c. 耐糖能異常段階では、虚血性心臓病のリスクは耐糖能正常者と変わらない。
- d. 下肢の閉塞性動脈硬化症は、糖尿病性壊疽とは関連しない。
- e. 糖尿病患者の脳梗塞はアテローム血栓性脳梗塞がほとんどで、ラクナ梗塞は稀である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 12】 糖尿病神経障害の診断と治療について間違っているものを1つ選べ。

- 1. 振動覚は128Hzの音叉を用い足関節部内果で測定する。
- 2. 起立負荷試験は安静臥床と起立時の血圧測定で、収縮期で50mmHg以上の低下を陽性とする。
- 3. 無自覚性低血糖患者では通常目標値よりは高めに血糖値を保ち、低血糖症状に気づきやすくなるように訓練する。
- 4. 履きものは、窮屈でなく自分の足に合った、ヒールの高くないものを選ぶ。
- 5. 起立性低血圧症の対症療法として急激な体位変換をしない、弾性ストッキングの使用などを指導する。

【問題 13】 糖尿病眼合併症について正しいものを1つ選べ。

1. 単純網膜症が認められた場合は、少なくとも年に1度は眼科に受診するように勧める。
2. 増殖前網膜症は、単純網膜症に軟性白斑、高度な静脈変化ないしは網膜内細小血管異常が加わった病期である。
3. 単純網膜症期には視力が低下することがない。
4. 進行を防ぐためには、血糖コントロールが第一であり、急速に血糖を正常化することが必要である。
5. 散瞳薬を点眼すると、15分から90分後までに散瞳し、2～3時間で元に戻る。車の運転は控えるようにあらかじめ注意する。

【問題 14】 視力障害者への援助について間違っているものを1つ選べ。

1. 視力障害があると、日常生活における不安や失明の不安など、ストレスは大きく、食欲は減退するので、過食が問題となることは少ない。
2. 光凝固療法施行後の1週間は日常生活程度に運動強度を制限する。
3. 視力に応じて、拡大鏡や拡大コピーを用いる。
4. 重篤な視力障害を持つ家族は、自ら目隠し状況を体験し患者の援助のあり方を考えることが役に立つ。
5. インスリン注射の単位合わせは注射器のダイヤルを回す音で確認することが出来る。

【問題 15】 糖尿病性腎症について、正しいものを2つ選べ。

- a. 新規透析導入患者の原因の第2位である。
- b. 糸球体の血管周囲のメサンギウムが減少する。
- c. 尿中アルブミン排泄量の測定は4期の診断に有用である。
- d. アンギオテンシンⅡ受容体拮抗薬(ARB)が蛋白尿の増加や腎機能低下を抑制する。
- e. 透析予防指導管理料の対象は第2期以上からである。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 16】 その他の合併症について間違っているものを2つ選べ。

- a. 認知症の中でも血管性認知症のみに関係している
- b. 2型糖尿病では、骨密度の低下により骨折のリスクが上昇している
- c. 非アルコール性脂肪肝炎 (NASH) から肝硬変へと移行する
- d. 悪性腫瘍に罹患する頻度は、健常人と比較し高値である。
- e. うつ病の発症が高く、その他の合併症の悪化が見られる

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 17】 メタボリックシンドロームについて、間違っているものを2つ選べ。

- a. メタボリックシンドロームが疑われる場合は、診断のために糖負荷試験が必須である。
- b. 内臓肥満、インスリン抵抗性を基盤として、脂質代謝異常、耐糖能障害、高血圧といった危険因子が重積することにより動脈硬化性疾患の発症が増加するとした概念。
- c. 皮下脂肪型肥満の診断にはウエスト周囲径が用いられ、男性では85cm以上、女性では90cm以上が該当する。
- d. 糖尿病関連では空腹時血糖値 100~125mg/dl あるいはHbA1c 5.6~6.4%を保険指導判定値、それ以上を受診奨励判定値としている。
- e. 日本では2005年に診断基準が作成され、2008年よりこれに着目した特定健康診査、特定保健指導が行われている。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 18】 糖尿病患者における血圧、脂質の管理について正しいものを2つ選べ。

- a. 動脈硬化性疾患予防ガイドラインにおける LDL コレステロールの管理目標設定のフローチャートではカテゴリーIに分類され、120mg/dl 未満を目標とする。
- b. 総コレステロール-HDL-コレステロールで算出される non HDL-コレステロールは150mg/dl 未満を管理目標にする。
- c. 高血圧を合併している場合には9g/日未満の減塩食やエタノール換算で男性60g/日、女性50g/日の節酒を指導する。
- d. 魚油に多く含まれるEPA、DHAなどのn-3系脂肪酸にはトリグリセライドを減らし、HDL-コレステロールを増加させるなど動脈硬化予防作用がある。
- e. 降圧目標はHOT Studyなどを参考に130/85mmHg 未満とする。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 19】 フットケアについて正しいものを1つ選べ。

1. 糖尿病合併症管理料の算定は、フットケアを行った患者すべてが対象となる。
2. 入浴時には湯の温度を手で確認する。
3. 靴は午前中に買い求め、ぴったり合ったものを選ぶ。
4. 爪は、足趾に沿って深く切る。
5. 踵などが乾燥しているときは軽石などでこする。

【問題 20】 糖尿病の EBM(Evidence based medicine)について、以下の文で間違っているものを2つ選べ。

- a. 日本人における失明原因の第二位は、糖尿病網膜症によるものである。
- b. 早期腎症までは運動制限の必要はない。
- c. 経口血糖降下薬では、低血糖が起こることはない。
- d. 糖尿病患者においては膵臓癌・肝臓癌・大腸癌が健常者に対して有意に多い。
- e. 妊娠糖尿病における児の奇形は、高血糖が主な原因であり、妊娠 10～14 週の高血糖に最も影響を受ける。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 21】 血糖の治療目標について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 細小血管合併症の発症・進展を予防する観点からは HbA1c7.0%未満を目指す。
- b. 一定期間厳格な血糖管理がなされた場合には、その後は通常の治療においても、その効果が長時間残る。
- c. 合併症が進展している症例や重篤な併存疾患を有する症例においてはより厳格に HbA1c6.0%未満を目指した強化療法を行うことが推奨される。
- d. 高齢者で糖尿病を発症した症例においては、青壮年にて発症した症例とは分けて血糖コントロール目標を設定するべきである。
- e. HbA1c が低くなるほど食後血糖よりも空腹時血糖値の影響が大きいいため、空腹時血糖値低下を主眼においた薬剤選択を行うことが推奨される。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 22】 糖尿病の治療方針の立て方について間違っているものを2つ選べ。

- a. 糖尿病腎症が進行すると、血糖が下がり易くなりインスリン注射を離脱できることがある。
- b. 脂肪肝は高頻度に糖尿病を合併し、NASH（非アルコール性脂肪肝炎）、肝硬変、肝癌へ移行する可能性があるため早期に治療する必要がある。
- c. 妊娠糖尿病例では妊娠末期になると胎児の糖消費が増大し、血糖が下がりインスリン注射量を減らす必要がある。
- d. 肝硬変合併例では食後の高血糖に対しインスリンを投与するが、夜間に低血糖を起こしやすいため就寝前の補食が必要である。
- e. 2型糖尿病肥満例には体重減少を目的にいずれの症例にもSGLT2阻害剤から開始する。

1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 23】 食事療法について、間違っているものを1つ選べ。

1. その目的は糖尿病の代謝異常を是正し、血糖、血中脂質、血圧などを良好に維持し、合併症の発症予防・進展を抑制することである。
2. 目的達成には①適正なエネルギー量の食事②栄養素のバランスの良い食事③規則的な食事習慣を守ることが重要である。
3. 極端な糖質制限食は動脈硬化症や腎症の悪化を招く可能性がある。
4. アルコールは主治医の許可のもと、1～2単位の範囲で飲用してよいが、交換表の表1の食品との交換を考慮する。
5. 食塩量は、高血圧合併例ならびに顕性腎症以降の腎症合併例では1日6g未満に制限する。

【問題 24】 糖尿病食事療法の基礎知識について、誤っているものを2つ選べ。

- a. 身体活動量の目安は、やや低い25～30kcal/kg標準体重、適度30～35kcal/kg標準体重、高い35～kcal/kg標準体重である。
- b. 一般に成人の三大栄養素の比率は炭水化物40～50%、蛋白質10～20%、残りを脂質とする。ただし、患者の性別、年齢、体格、身体活動レベル、病態を考慮する。
- c. 食物繊維は1日20～25g以上摂取を目標とする。
- d. 食塩量は男性10g未満、女性8g未満を目標とする。
- e. 高度肥満の場合、体力維持のため1日2000～2100kcalを上限に現体重1kg当たり20kcalは摂取するようにする。

1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 25】糖尿病食事療法で食品交換表を用いた指導について、誤っているものを2つ選べ。

- a. 食品交換表は、食品のエネルギー80kcal を1単位と定め、1単位の食品重量が示されている。
- b. 表4には炭水化物が含まれていないので、摂取しても血糖は上昇しない。
- c. 同一表内の食品を同一単位で交換することができる。
- d. 調味料はどの表にも分類されないので、一日のエネルギー量の中に含まなくてもよい。
- e. 表1、表3、表6の食品を朝食、昼食、夕食にほぼ均等に配分する。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 26】20単位食のバランス（炭水化物55%）について、誤っているものを2つ選べ。

- a. 表1は朝食に、食パン6枚切り1.5枚、昼食、夕食にご飯150gを食べた。
- b. 表3は活動エネルギーの源であり、9単位を配分する。
- c. 表4の牛乳は吸収されやすいカルシウムを多量に含んでおり、1.5単位配分する。
- d. ビタミン補給のために表6や表2の摂取が勧められるので、表2には単糖類が多いが2単位以上摂取してもよい。
- e. 調味料の配分は0.8単位とする。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 27】アルコール飲料、間食、補食について間違っているものを2つ選べ。

- a. 主治医が認める場合、1～2単位の範囲のアルコール飲料を許可してもよい。
- b. 運動の途中で低血糖になったときは、氷砂糖、おにぎり、乾パンを食べる。
- c. 補食とは血糖値の変動が大きい場合や強い運動などを実施した時に、低血糖対策として必要なエネルギー量にプラスし、血糖変動の是正を図るものである。
- d. アルコールを飲む場合は「糖質0」を、清涼飲料水や菓子は「代替甘味料」を使用したものであれば飲食してよい。
- e. 間食に適した食品は果物や牛乳である。ただし、1日の指示単位の範囲内で摂取する。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 28】 外食、中食、不規則な食事等の指導について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 外食、中食には、和、洋、中、エスニック料理といろいろあるが、和定食であればすべて安心して1人分であれば食べてよい。
- b. 食品 100 gあたり 5 kcal 未満であれば、エネルギーを含まない（無、ゼロ、ノン、レスなど）旨の表示ができる。
- c. 過去の食習慣や食生活を聞き、コントロール不良の要因を指摘し、理想の食生活をこちら側から根気よく提案し続ける。
- d. 職業などにより決まった時間帯に食事がとれない場合は、手軽にとれる間食や補食を考え、準備しておく。
- e. 外食の傾向として表 1、表 5、の食品が多く、表 6 が少ない。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 29】 肥満者の生活指導について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 目的なく食べる、早食い、食べたことを意識しないなど食行動に問題がある場合が多い。
- b. 減量のためには、少なくとも摂取エネルギーの約 10%を運動で消費する。
- c. 減量には食事の回数を1回に減らすことが有用である。
- d. 空腹感が強い場合は、野菜類、海草、きのこ類、こんにゃくなど低エネルギー食品を利用する。
- e. 減量には食事療法よりも運動療法が効果的である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 30】 肥満症の治療について、正しいものを1つ選べ。

- 1. 食事療法は 20kcal/kg 標準体重から始める。
- 2. 内臓脂肪は皮下脂肪よりも運動などで燃焼しにくい。
- 3. 外来で減量指導を行う場合は、1日 1200kcal 以上摂取する。
- 4. 減量速度は1か月に 3k g 以内とし、急速な減量が効果的である。
- 5. 体重減少のためには、食事療法とともに1日1単位程度の運動を併用する。

【問題 31】糖尿病腎症の食事療法について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 腎症の食事療法の基本は、十分なエネルギーを確保したうえで、病期に応じたたんぱく質制限、塩分制限、カリウム制限である。
- b. たんぱく質摂取量は第3期では0.8~1.0g/kg/日、第4期（腎不全期）では1.0~1.2g/kg/日とする。
- c. 食塩摂取量は高血圧がなくても第3期以降は6g未満に制限する。
- d. カリウムは第3期では制限しないが、高カリウム血症を認める場合は<1.5g/日とする。
- e. 糖尿病腎症の交換表では、1単位80kcal当たりのたんぱく質含有量が示されている。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 32】糖尿病患者の病態に応じた食事指導について、誤っているものを2つ選べ。

- a. 脂質異常症予防のためにも、食物繊維を多く摂取するように努める。
- b. 「動脈硬化性疾患ガイドライン 2012 版」によると動脈硬化性疾患予防のためには、n-6 多価不飽和脂肪酸の摂取を増やす。
- c. 食後血糖を下げるために表6から食べ始める。
- d. 「高血圧治療ガイドライン 2014 版」によると糖尿病合併高血圧では、アルコールはエタノール換算で、男性：40g以下、女性：30gであれば、許可する。
- e. 「動脈硬化性疾患ガイドライン 2012 版」によると食塩の摂取は一日6g未満を目標とする。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 33】運動療法について間違っているものを1つ選べ

- 1. ストレスの軽減や精神的健康に有用である。
- 2. 運動は週3日以上行くとよい。
- 3. ウォーミングアップやクールダウンが大切である。
- 4. レジスタンス運動よりも有酸素運動のほうが基礎代謝の維持・増加が期待できる。
- 5. 糖尿病の状態や合併症の程度などから運動の可否が判定される。

【問題 34】運動療法の指導について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 効果的な運動強度は、最大酸素摂取量の約 40～60%程度で設定し、目標心拍数を算出する場合は年齢によって異なる。
- b. 歩行（速度 70m/分）の代謝率は 3METs であり、体重 60kg の者が 20 分間実施した時の消費エネルギー量は約 80kcal で 1 単位分に相当する。
- c. 高度の自律神経障害を有する場合には、運動時は心拍数が著明に増加する。
- d. 空腹時血糖 250mg/dL 以上で尿ケトン体陽性の場合、積極的な運動療法は控える。
- e. 運動の種類として有酸素運動やレジスタンス運動を組み合わせると良いが、高齢者にはレジスタンス運動を処方しない方がよい

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 35】経口血糖降下薬について、正しいものを2つ選べ。

- a. スルホニル尿素薬（SU）はインスリン抵抗性を有する 2 型糖尿病に良い適応である。
- b. ビグアナイド（BG）薬は主に筋肉に働きかけ、インスリン作用を増強する。
- c. DPP-4 阻害薬は血糖依存性にインスリン分泌を促進する。
- d. α -グルコシダーゼ阻害（ α -GI）薬は二糖類から単糖類に分解する酵素を阻害するため食前の高血糖を抑制することができる。
- e. SGLT2 阻害薬は腎尿細管からのブドウ糖の再吸収を阻害することにより尿糖としてブドウ糖を排出して血糖を低下させる。そのため体重減少作用があり肥満の患者に良い適応である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 36】経口糖尿病薬の副作用について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 高齢者では、SGLT2 阻害薬の服用により脱水症状を起こす可能性が高い。
- b. α -グルコシダーゼ阻害 (α -GI) 薬を服用している時は、併用薬による低血糖に対して角砂糖を服用する。
- c. チアゾリジン薬を開始後に、肝機能障害がみとめられた場合は投与を中止する。
- d. ビグアナイド薬を服用しても消化器症状はほとんど出現しない。
- e. DPP - 4 阻害薬を SU 薬と併用する場合は、重症低血糖を避けるために SU 薬の減量を考慮する。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 37】インクレチン関連薬について間違っているものを2つ選べ。

- a. DPP-4 阻害薬や GLP-1 受容体作動薬の単独投与では低血糖は起きにくい。
- b. GLP-1 受容体作動薬はインスリン分泌を促進しグルカゴン分泌を抑制する。
- c. GLP-1 受容体作動薬は皮下注射で投与し、自己管理指導料が保険請求できる。
- d. GLP-1 受容体作動薬はインスリン療法と併用出来ない。
- e. GLP-1 受容体作動薬はインスリン分泌を促進し、体重を増加させる。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 38】インスリン療法について正しいものを2つ選べ。

- a. 食事は入らない時でも食前のインスリンは単位を変えずに必ず打つ。
- b. 重症感染症はインスリン療法の適応である。
- c. インスリン療法が始まれば一日の摂取エネルギー量は多めにとってもよい。
- d. 血糖自己測定により患者自身が低血糖を確認でき対処などを主体的に行える。
- e. 一度インスリン療法が開始になればその後中止になることはない。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 39】 インスリンと経口糖尿病薬の併用について正しいものを1つ選べ。

1. 2 型糖尿病で経口血糖降下薬により血糖コントロールが不十分な時に、基礎インスリンを追加する事を BOT 療法と呼ぶ。
2. BOT でコントロール不十分なときに、超速効型インスリンの追加は禁忌である。
3. インスリンと DPP-4 阻害薬併用で低血糖がおきる場合は、DPP-4 阻害薬を中止する。
4. インスリンに SGLT2 阻害薬を追加すると体重増加をきたしやすい。
5. すべての 2 型糖尿病では合併症の有無に関わらず、インスリンとビグアナイドの併用は可能である。

【問題 40】 インスリン注射の指導の実際について、正しいものを2つ選べ。

- a. 使用中のペン型インスリンは冷蔵庫で保存する。
- b. インスリンはすべて 10 回以上ゆっくり振ってから注射する。
- c. インスリンの機内持ち込みに際して、医師の証明書をもらっておく。
- d. インスリン注射後は軽く揉むのが原則である。
- e. 旅行中は常温保存する。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 41】 インスリン量の調整について、間違っているものを1つ選べ。

1. 1 型糖尿病患者では食事の炭水化物量に応じてインスリン量を調整する方法が提唱されている。
2. インスリン治療中の患者が過激な運動を行った場合には低血糖に注意する。
3. シックデイの際食事量が確実でない場合には、食後のインスリン注射を指導する。
4. 十分な教育を受けた強化インスリン療法中の患者は、食前の血糖値に応じてインスリン量を調整することができる。
5. 強化インスリン療法中の早朝空腹時の高血糖を是正する目的で、責任インスリンである朝食前の超速効型インスリンを増量した。

【問題 42】 低血糖の原因と症状について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 低血糖時に認める交感神経症状とは、手指振戦、冷汗や動悸などである。
- b. 高血糖状態から急激に血糖が低下すると、低血糖症状を来す可能性がある。
- c. アルコールの摂取は、カロリーが高いため低血糖になりにくい。
- d. 糖尿病薬を使用していなくても、低血糖が出現する病態がある。
- e. 低血糖を繰り返すと、低血糖症状を自覚しやすくなる。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 43】 低血糖の予防と治療について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 無自覚低血糖では血糖の目標値を低めに保ち、頻回に血糖測定して低血糖を防ぐ。
- b. 意識障害の有無によって、経口で糖質を摂取させるかブドウ糖の静脈注射を行うかを選択する。
- c. グルカゴンは注射後約 30 分から症状の改善が期待できる。
- d. 運転をするには直前に血糖測定を行い、100mg/dl 以上あることを確かめることも1つの方法である。
- e. 低血糖から回復した後は、その誘因・原因、早期症状、対応の適否などについて患者と共に考え、再発予防に努める。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 44】 糖尿病の急性合併症について、正しいものを2つ選べ。

- a. 高血糖高浸透圧症候群は、軽症糖尿病患者でも起こる。
- b. 糖尿病性ケトアシドーシスは、1型糖尿病のみに起こる特有の合併症である。
- c. 高齢2型糖尿病ではビグアナイド服用により乳酸アシドーシスの頻度が高まる。
- d. 2型糖尿病のシックデイでは、インスリン療法を中止すべきである。
- e. 糖尿病患者の急激な足の腫脹には、まず利尿薬を投与する。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 45】 シックデイの対応について、正しいものを2つ選べ。

- a. 脱水を予防するためスポーツドリンクを大量に摂取する。
- b. 高熱が2日以上、高血糖（350mg/dL以上）が2日以上持続するまで、医療機関に連絡する必要はない。
- c. 血糖値以外に、体温や食事量、症状をモニタリングし、受診する時は糖尿病手帳やお薬手帳などコントロール状況がわかるものを持参する。
- d. 安静と保温で体力の消耗を防ぎ、血糖の急激な上昇を防ぐためたんぱく質や脂肪を摂取する。
- e. インスリン治療中の患者では、食事摂取が困難な場合でも、原則として基礎インスリンは減量しない。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 46】 糖尿病と歯周病について、間違っているものを1つ選べ。

- 1. 糖尿病患者は歯周病の有病率が高く、より重症化していることが多い。
- 2. 歯周病の悪化は、インスリン抵抗性増大の原因となる。
- 3. 糖尿病による唾液分泌の減少は、齲歯の原因となる。
- 4. 喫煙は歯周病の悪化因子の一つである。
- 5. 糖尿病連携手帳には、歯周病の重症度と残存歯数が記入できる。

【問題 47】 ライフステージ別の療養指導について、間違っているものを2つ選べ

- a. 学童期低学年では、授業中に低血糖などの症状を自ら伝えることが容易ではないため、周囲の理解や協力を得る必要がある。
- b. 学童期高学年は認知能力の発達によって、徐々に自分の病気に関する意思決定ができ、基本的な医療処置を学ぶことができる。
- c. 妊娠の場合、妊娠数週による感情変化を優先する必要はなく、生活習慣を積極的に再調整するように指導する。
- d. 患者の食事は、労働による消費エネルギーによって相違があるため、摂取エネルギー/消費エネルギー比を評価する必要がある。
- e. 壮年期は、社会・家庭に伴うさまざまな経験が身についているため、本人の職業や生活に直接関わらないように指導していく。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 48】 妊娠糖尿病・糖尿病合併妊娠について（母児合併症含む）、正しいものを1つ選ぶ。

1. 妊娠糖尿病の定義は「妊娠前から糖尿病が存在している妊婦の糖代謝異常」である。
2. 妊娠糖尿病のほとんどの例では、分娩後に糖代謝異常は改善する。
3. 75gOGTTにて空腹時血糖 $\geq 126\text{mg/dl}$ 、1時間値 $\geq 180\text{mg/dl}$ 、2時間値 $\geq 140\text{mg/dl}$ のいずれか1点をみたす場合妊娠糖尿病と診断する。
4. 妊娠糖尿病では、母体は将来糖尿病になることが多いが、母体から出生した児に関しては肥満、糖尿病のリスクはないことがわかっている。
5. 糖尿病合併妊娠では、妊娠末期になるにつれてインスリン需要量が増大するが、ケトーシスになることはほとんどない。

【問題 49】 糖尿病妊婦の管理方針について正しいものを1つ選べ。

1. 肥満妊婦（妊娠前体重 BMI ≥ 25 ）では妊娠全経過を通して、食事は標準体重 $\times 25\text{Kcal/日}$ とし、必ずしも付加量を加える必要はない。
2. 妊娠中の血糖コントロールは、朝食前血糖 $70\text{--}110\text{mg/dl}$ 、食後2時間血糖 140mg/dl 未満、HbA1c 6.2% 未満を目標とする。
3. 母体や児の合併症を予防するために、HbA1c 6.0% 未満が妊娠を許容できる目安である。
4. 母体の高血糖は児にも影響を及ぼし、奇形、巨大児、新生児高血糖、黄疸を起こしやすい。
5. 児の奇形の原因は高血糖が主な原因であり、妊娠8週（受胎後7週）までに奇形の有無は決定される。

【問題 50】 一般的な保健指導について、間違っているものを2つ選べ

- a. 糖尿病の発症を予防するのが一次予防であり、糖尿病の早期発見により合併症を予防するのが二次予防、合併症の重症化予防が三次予防である。
- b. 糖尿病の発症危険因子は、①加齢、②家族歴、③肥満、④身体活動の低下、⑤喫煙歴であり、これ以外にも高血圧や脂質代謝異常も独立した危険因子である。
- c. メタボリックシンドローム診断基準の必須条件「ウエスト周囲長」は、男性 85cm 以上、女性 90cm 以上である。
- d. 喫煙は血圧の上昇、血液凝固能の亢進、LDLの低下、HDLの増加、血管内皮細胞の障害をきたす。
- e. 糖尿病の境界型の中でインスリン抵抗性を主とするものには、メタボリックシンドロームを呈するものが多い。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 51】セルフケア行動の促進に関して、正しいものはどれか。

1. セルフケアとは、治療者が患者の行動を適切に管理することである。
2. 患者の小さい変化を指摘しても、セルフケア行動の促進にはつながらない。
3. 「閉じられた質問」を中心として、セルフケア行動は促進されていく。
4. 治療へのやる気が低下してしまうため、患者の糖尿病に対する不安感を聴くことはあまり推奨されない。
5. セルフケア行動を実行するためには、習慣を変える必要があることが多い。

【問題 52】行動変化ステージと介入法について、間違っているものはどれか。

1. 前熟考期は患者の考えや感情を聞くことが大事であるから、行動療法が介入技法の中心となる。
2. 熟考期とは、食事療法・運動療法の導入に対して患者が悩み、その気持ちを受け止めながら治療を模索する時期のことである。
3. 患者が具体的な目標設定を行うのは準備期である。
4. 行動期は、患者が治療に納得して行動を実行する時期であるが、その後に再び迷いが生じることもある。
5. 維持期に注意すべき点は、ライフイベントの影響を知ることである。

【問題 53】患者への心理的支援について、間違っているものはどれか。

1. 家族など、患者が信頼を寄せている「キーパーソン」に着目した支援が有効である。
2. 重症合併症の告知を受けた患者がショックを受けているとき、すぐに行動の修正を目指すとは悲嘆にくれずに治療を進めることができる。
3. 悲嘆のプロセスは正常な適応過程であり、急がせることはできない。
4. 信頼関係を構築するために、治療以外の話をするのが大事な場合もある。
5. 患者を信頼することも大事だが、治療目標を立てたら、それが実行されているかどうかの確認は適宜行った方がよい。

【問題 54】糖尿病教育入院について、間違っているものを2つ選べ。

- a. 入院中に血糖コントロールが改善することにより、食事・運動・薬物療法の効果を実感しながら学ぶことができる。
- b. 治療を中断した患者が、自覚症状の出現や合併症の悪化を自覚して来院した場合には、中断による悪化を後悔させることが、二度と中断しないようにするために効果的である。
- c. 初期教育として知識を系統的に学習することができる。
- d. 一度受講した内容を、ある期間を経て再受講しても、新しい知識は得られないので、再受講は意味はない。
- e. 患者の関心の高いテーマとして、最新の治療や研究に関する内容がある。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 55】心理行動理論に関して、間違っているものはどれか。

1. 健康信念モデルは、疾病に対する認識が行動を予測するという理論である。
2. 代理的経験は、自己効力感を高めることにつながる。
3. ヘルスローカスオブコントロール理論では外的統制タイプの患者には、自分の力で解決できるよう支援する。
4. ストレスは一般的に、「日常的ストレス」と、「ライフイベント」に分類できる。
5. 行動変化には、5段階の「変化ステージ」がある。

【問題 56】栄養指導の目標と評価について（学習3領域の面から）間違っているものを1つ選べ。

1. 栄養指導にあたっては、栄養士の視点に立ち、必ず食品交換表を使って栄養指導を行わなければならない。
2. 食品交換表に表示してある数値（生）と調理後の重量の変化を知るために実際に計量を行う。
3. 調理実習の体験は、過去の自己管理行動を評価して目標設定に生かすことに役立つ。
4. 患者が記録した療養記録などを参考にし、患者の具体的な自己管理の取り組みを面談しながら確認する。
5. 食事療法、糖尿病治療の経過を定期的にチェックし、必要な場合には食事処方の変更を行う。

【問題 57】 糖尿病患者の教育について、正しいものを2つ選べ

- a. 集団指導は、時間や人手が節約できるため、個別的な内容を指導する際に用いる。
- b. 個人指導は患者と直接関わるため、指導者に専門的な知識や能力が求められる。
- c. 教育教材の体験談には失敗例は用いない。
- d. 自己管理を継続していくために、知識・技術とともに意欲の向上に繋がる指導を行う。
- e. グループ討議では療養行動への理性的な道筋立てができない。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 58】 地域糖尿病療養指導士の意義と役割として不適切な行動はどれか

- a. チーム医療では、医療機関の独自性にもとづき療養指導の施設内の意思統一を図る。
- b. 患者から食欲がなく冷汗ありと報告された看護師はインスリン量を減らす指示ができる。
- c. 患者に処方された服薬時間が不適切と考えた薬剤師は、医師に変更が可能な照会できる。
- d. 患者から直接得た評価に基づき管理栄養士は医師の指示なく栄養指示を変更できる。
- e. 臨床検査技師は医師の指示の下、糖尿病に関する検査の意義を患者に説明できる。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 59】 糖尿病の疫学について、正しいものを2つ選べ。

- a. 糖尿病で失明する患者は年間約1万6000人である。
- b. 糖尿病は透析導入原因の第2位である。
- c. 現在メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査の受診者は80%に達している。
- d. 糖尿病壊疽による足切断は非外傷性切断原因の第1位である。
- e. 糖尿病の治療の未受診の理由として最も多いのは、「痛みなどの自覚症状が特別にないため」である。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e

【問題 60】 日本糖尿病協会（日糖協）について間違っているものを2つ選べ。

- a. 糖尿病療養指導士が地域に密着した療養指導を行うには患者会を通しての活動が有効である。
- b. 日糖協は1961年に設立され約5万名の会員からなる公益社団法人である。
- c. 日糖協は糖尿病の患者さんと医療従事者が協力しながら活動を行っている団体である。
- d. 分会は医療関係の指導者が不在でも5人以上の会員を集めれば開設できる。
- e. 日糖協は学習会、交流会、合宿等を主催し、糖尿病連携手帳やさかえを発行している。

- 1) a, c 2) b, d 3) c, e 4) a, b 5) d, e