

【指導者用資料】 スティグマの類型

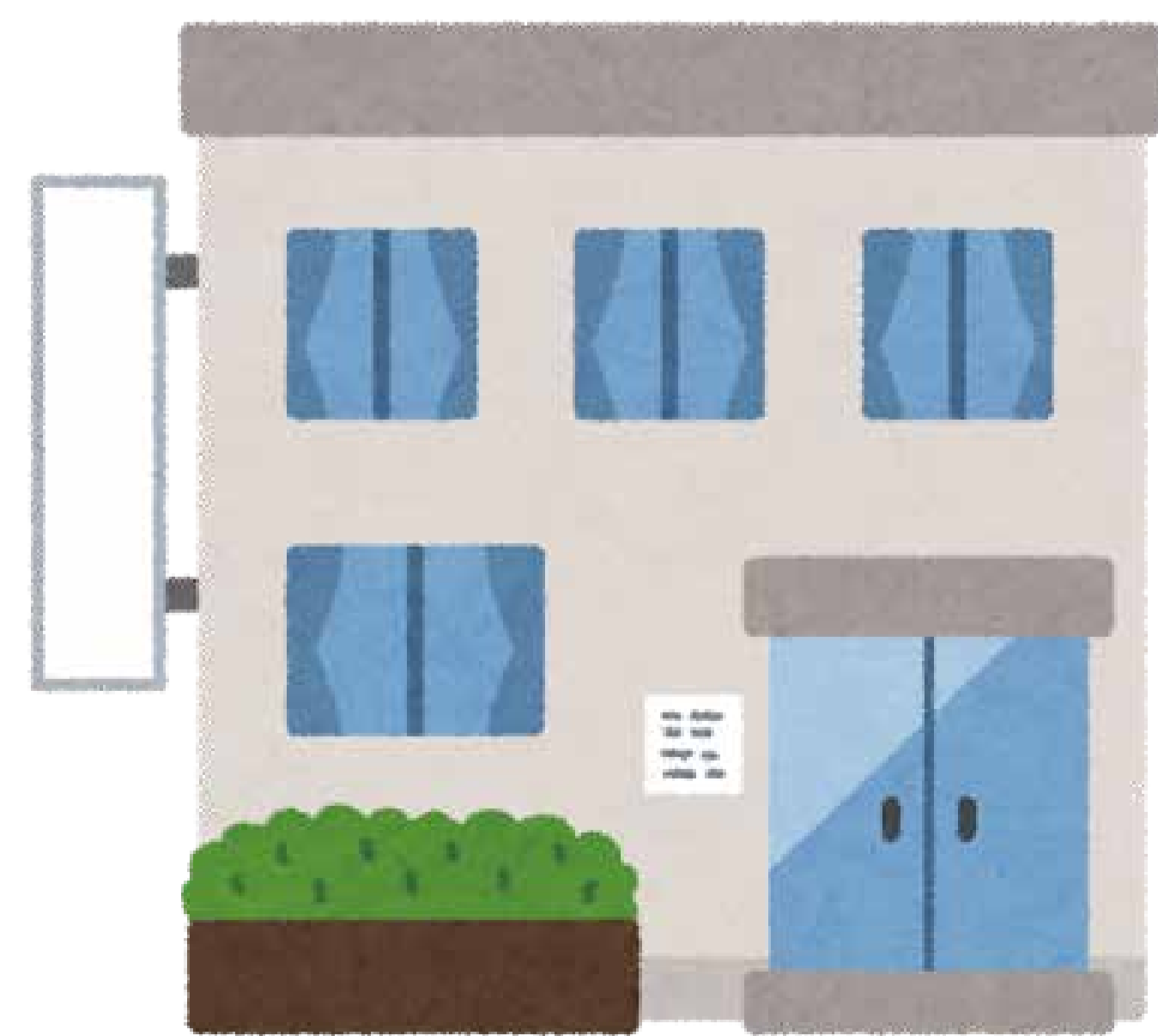
	社会的スティグマ (社会的規範からの逸脱、レッテル)	乖離的スティグマ (規範的な糖尿病患者のイメージからの乖離)	自己スティグマ (自尊心の低下)
経験的 スティグマ (実際の経験)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生命保険に加入できなかった ・ 住宅ローンを断られた ・ 就職できなかった ・ 寿命が短いという誤った認識 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 間食を咎められた ・ インスリンを拒否すると叱責された 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「糖尿病」の病名や診療科から受ける印象 ・ 医療者に「すみません」と繰り返し謝り、自分を卑下する
予期的 スティグマ (スティグマへの恐れ)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 糖尿病のことを上司・同僚、時に家族にも言わない 	<ul style="list-style-type: none"> ・ しゅしゅ注射をしている ・ 隠れ食いをする 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 宴会や会合に行くのをやめる



スティグマの影響

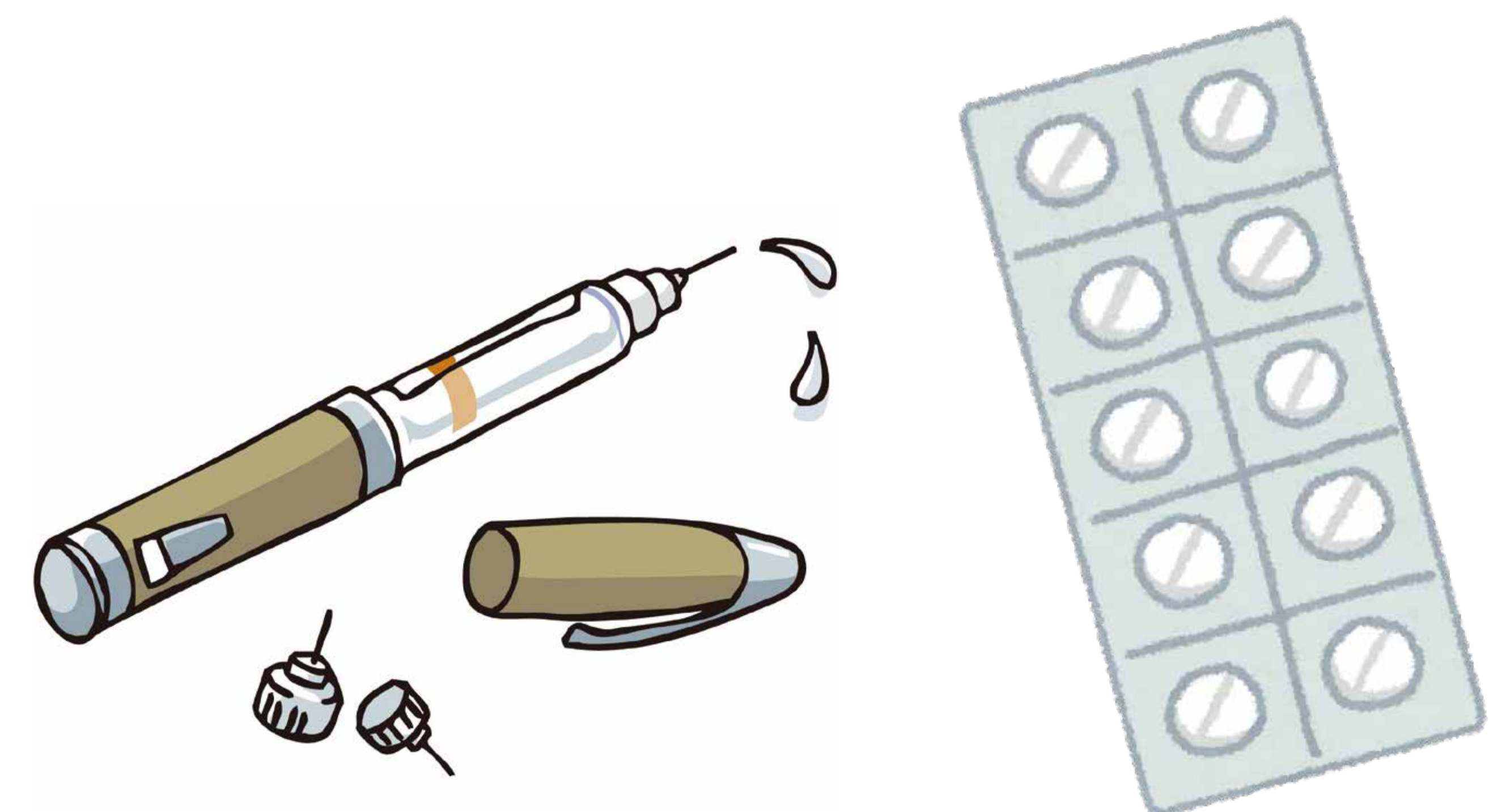
心理・社会的

- 自尊心の低下
- 抑うつ 不安の増加
- 治療意欲の低下
- 受診回避



医療行動

- 治療を受ける意欲の低下
- 血糖自己測定やインスリン注射を人前で避ける
- 結果的に血糖悪化



【指導者用資料】 スティグマを生じやすい糖尿病医療用語

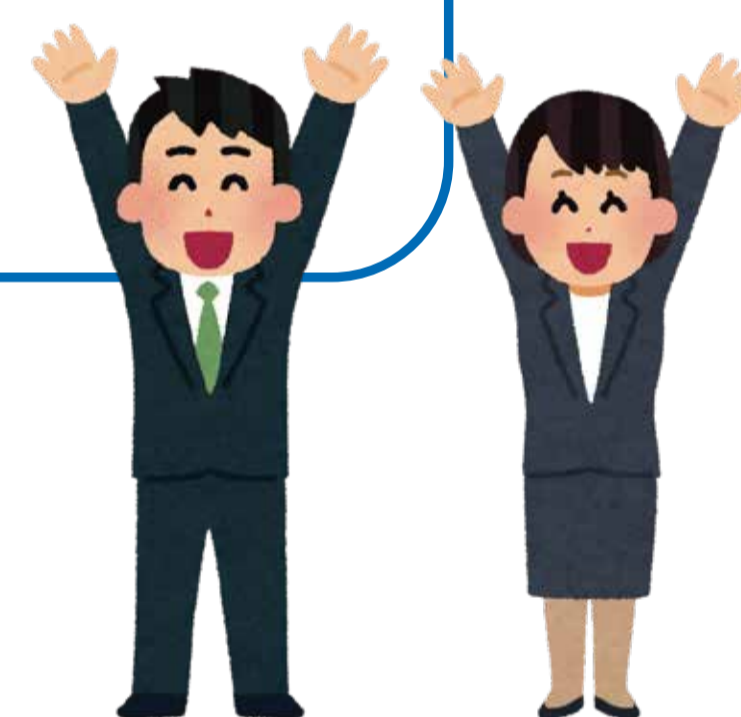
避けるべき言葉	理由	適切な言葉
糖尿病患者	糖尿病であることがその人の自我の全てであるかのよう	糖尿病のある人 糖尿病と共に歩む人
療養	「療養」病気を治すため治療養生すること	医療 治療
療養指導	療養も指導も不適切 各人の個別性を配慮し、目標達成するために継続的なコラボレーションを重視すべき	支援・サポート 例 治療サポート
血糖コントロール	コントロールは他者や対象を制圧し、支配下に置くこと	血糖管理 マネジメント
血糖コントロール不良		治療目標未達成
服薬コンプライアンス		服薬実施率
合併症予防		リスク減少

糖尿病との付き合い方

糖尿病について正しく理解しましょう

- **遺伝** や **環境要因** も関係する病気
- 発症やコントロールが難しくても、ご自身の性格や能力の問題ではない

発症や治療が進まないことで、社会的な役割が低下するものではありません



糖尿病と上手く付き合う方法を一緒に考えましょう

- 保健指導では、1人1人の生活背景や生き方に寄り添い実践できる方法を一緒に考えます。
- 家族や同僚などの周囲の協力も重要です。
- 糖尿病の患者会などで、仲間を作ったり、相談することもできます。



【指導者用資料】 糖尿病治療目標

