K-13

PHRを活用した生活習慣病外来の新たな展開の可能性

神奈川県内科医学会　糖尿病対策委員会　委員長
松葉医院　松葉 育郎

生活習慣病の外来治療における問題点

● **患者さんの生活習慣の把握がしづらい**

患者さんのバイタル記録（運動量、体重、血圧、血糖値、食事など）、日常生活での実態が把握できない。

● **正確な生活指導が難しい**

患者さんの日常の情報が不足している中での指導は難しい。

方 法

● **問題解決のためPHR（Personal Health Record）の導入**

紙の患者手帳・指導箋から

デジタルツール（スマホ・タブレット・パソコン等）での患者学習・自己記録へ

患者さんの状態に合わせて知りたい情報をクリニックで把握できる仕組みを検討

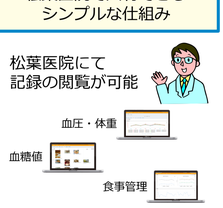
PHRツールの概要

患者さんがスマホで記録したデータを、当院で閲覧できる仕組みを採用。

記録内容
- 行動（目標管理/ToDo）
- 運動（歩数/距離）
- 体重
- 血圧（血圧/脈拍）
- 血糖値
- 食事
- 検査値
- 血管年齢
- おくすり

スマホで記録したデータを松葉医院で共有できるシンプルな仕組み

松葉医院にて記録の閲覧が可能



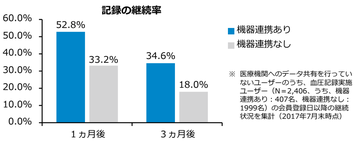
● **医療機関の期待するメリット・効果**

日常生活での歩数、体重、血圧、食事の写真、服薬率などを正確に把握でき、治療に反映できる。

使いやすいアプリと機器連携により、患者さんの高い継続率を期待することができる。

記録継続率向上
→ 日常の情報を収集

導入したアプリでは通信機能（BluetoothやNFC）を持つ機器と連携が可能（歩数・体重・血圧・血糖値など）



● **患者さん/医療機関の期待するメリット・効果**

大量のデータが、ビジュアル的に見やすく、患者情報の把握/診療の効率化が可能になる。

医療機関側

● **当院の運用**

1 患者さんにパンフレットを渡すだけ

2 患者さんが記録を開始

3 データを活用した指導

● **Welbyマイカルテを使った患者さんの実態把握**

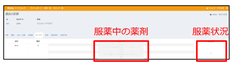
血圧・体重
- 血圧は朝晩それぞれ2回ずつが記録できる。
- 血圧朝晩および体重それぞれの平均値・最高値最低値・標準偏差・測定回数が自動で集計される。
- グラフボタンクリックで、グラフ表示に切り替えが可能。

血糖値
- 血糖値は各食事前後、就寝前、夜間が記録でき、それぞれの平均値・最高値最低値・標準偏差・測定回数が自動で集計される。
- タイミング別、日内変動をグラフで確認可能。

食事
- 食事写真を日にち（縦軸）、時間（横軸）に配置されており食事習慣が把握できる。
- 写真クリックで拡大。コメントも確認できる。

検査値
- 臨床検査データを閲覧可能。

おくすり
- 服薬中の薬剤名と服薬状況を把握できる。
- 患者さんへは服薬確認メールが、1日1回自動で送られ、アドヒアランス向上にも役立つ。



利用を開始して感じている効果

● **患者さんの自発的行動変容**

→ なかなか歩行をしようとしなかった患者さんが、Welbyマイカルテを導入後、データを気にして自発的に散歩をするようになった。

● **患者さんの実態の把握**

→ 栄養指導の効果がなかなか出ていない患者さんが、毎日の食事記録写真を見て、偏った食事をしていることがわかり是正へとつながった。

● **診察の効率化**

→ バイタルデータを一望して診察にあたるため、注力すべきポイントがすぐに分かるようになった。患者さんへも納得のいく分かり易い説明ができる。

● **再診率の向上**

→ Welbyマイカルテを利用している患者さんは、脱落が少なく、治療中断を早期にみつけられる。

考 察

● **生活習慣病を診療するクリニックが抱える課題に対して、「Welbyマイカルテ」の活用は、外来受診時だけの"点"の診療から、日常生活データを含めた"線"への時系列を踏まえたIoT治療を可能にする。**

● **「Welbyマイカルテ」の利用を拡大できれば、実臨床下での代謝危険因子（体重、血圧、血糖、脂質）の時系列・定量的な情報収集が可能になる。**

● **さらに多施設において評価することで、今後の生活習慣病治療における新たな治療のエビデンス創出が期待できる。**

日本臨床内科医学会COI開示（発表者：松葉 育郎）
演題発表内容に関連し、開示すべきCOI関係にある企業などはありません。