

「患者さんの自宅に伺って、その生活の実態を確かめたい」 それが実現できてしまうかも

医療法人 たかやま内科医院 雨宮 直子 先生

「生活習慣の改善が大事だとずっと考えているけど、どうしてももっと患者さんの頑張りをサポートできるだろう...」
CureApp HT 高血圧治療補助アプリ(以下、CureApp HT)のことを知って、導入を決め、実際に処方している「たかやま内科医院」の雨宮先生に、処方の流れや患者さんの反応、CureApp HTの評価についてお話を伺いました。



診察時だけでは、患者さんの生活まで把握するのは難しいと感じていた

生活習慣の改善はとても大事だけど、結局は患者さんの頑張りが必要。医師などの医療関係者にできることは限られていて、どうしてももっと改善できるか悩んでいました。診察時にいろいろとお話は聞くものの、根本を理解するために、患者さんの自宅に伺って、その生活の実態を確かめたいと思っていただけです(笑)。CureApp HTのお話を最初に聞いたとき、もしかしたら、そのようなことが実現できてしまうのではないかと期待し、導入を決めました。

「このアプリで高血圧のことを勉強してみましよう」と声をかけています

患者さんへアプリを紹介するタイミングについてですが、初診時は2週間から4週間ほど家庭血圧を測定してもらいます。家庭血圧測定の結果を受け、再診の際に「こういうもの(CureApp HT)もあるんだけど、まずはこのアプリで高血圧のことを勉強してみましよう」ということを目的にお勧めすることが多いです。そこで興味を持ってくれた方にCureApp HTを処方しています。スマートフォンでアプリを日常的に使っている人に声かけをすることが多いです。支払いのことを気にされる方もいらっしゃいますが6か月限定ですし、あまり自己負担額を理由に、利用を躊躇される方はいないように思います。高血圧の勉強ですと患者さんにお勧めしているので、本を買って読むなどの感覚に似ているのかもしれない。もちろん無理強いはいしません。



CureApp HTを使っていると、 診察室がちょっと盛り上がるんです



患者さんはCureApp HTから高血圧について毎日新たな知識を学びます*。

既に知っていることでも改めてアプリで勉強すると、次の診察の時に話題になります。こういうところが面白かった、あんなのできるわけない、こんなことに組むようになったなど、患者さんからいろんな話をしていただけます。

CureApp HTを使っている患者さんとの診察時は診察室がちょっと盛り上がるので楽しいですね。

*STEP1 知識の習得(約2週間)

生活習慣の改善を楽しく取り組めるようになったという 患者さんも

当院の患者さんは減塩にハマる方が多くて、特に主婦の患者さんは皆さん、買い物の時に塩分表示を見るようになったとおっしゃいます。食事に対する意識の変化がみられ、これだけでも高血圧治療の大きな一歩だと思えます。

男性は運動に取り組むようになったとおっしゃる方が多いような気がします。アプリにあるストレッチを続けておられる方もいらっしゃいますし、歩数を記録しながらウォーキングを継続しておられる方もいます。いろいろわかるようになって、楽しく取り組めるようになったという患者さんもあり、私が想像した以上の反応で、嬉しく思っています。



お話をうかがったのは



雨宮直子(あめみや・なおこ)先生

医療法人 たかやま内科医院 院長

1986(昭和61)年 福岡県立筑紫丘高等学校卒業、1991(平成3)年 東京工業大学工学部卒業、2000(平成12)年 東京医科歯科大学医学部卒業、東京医科歯科大学医学部附属病院、武蔵野赤十字病院にて研修、2003(平成15)年 九州大学医学部心療内科入局。

九州大学医学博士 日本内科学会 総合内科専門医 日本医師会 認定産業医
日本プライマリ・ケア連合学会 プライマリ・ケア認定医
日本心身学会・日本心療内科学会合同 心療内科専門医
福岡市南区医師会 新型コロナウイルス感染症対策等担当理事