高血圧治療の先駆けを目指して

iPadとスマホアプリで生活習慣指導を実践している先生の事例

医療法人社団 OHC　岡崎ハートクリニック　岡崎 修 先生

近年急速に拡大しているDigital Therapeutics（DTx）領域の中で、先行して保険適用となり処方が始まっている高血圧の治療用アプリ、CureApp HT 高血圧治療補助アプリ（以下、CureApp HT）。
すでに40例以上の高血圧患者さん*に対してCureApp HTを処方している「岡崎ハートクリニック」の岡崎先生に、導入のきっかけや処方の流れについてお話を伺いました。

*CureApp HTの使用目的又は効果は、成人の本態性高血圧症の治療補助

患者さんと医師の双方で高血圧治療に取り組めることに価値がある

CureApp HTの話を聞いたとき、スマホを日常的に使用している患者さんであれば誰でもCureApp HTを使えると考えました。高血圧の治療に大切な生活習慣の改善は、患者さんが一人でしっかり取り組むのはなかなか難しいことです。しかし、例えば患者さんが測定している家庭血圧をデータでいつでも見られるようになり、医師側でも同時に確認できるだけでも、患者さんの生活の変化に気づくことができ指導にいかせるようになります。診療以外の日常生活でも、患者さんと医師が一緒になって治療に取り組めることがCureApp HTの価値だと、実際に処方して実感しているところです。

患者さんへの紹介、処方、再診時の経過共有もiPad1つで完結

当院では高血圧治療中の方で70代くらいまでのスマートフォンをお持ちの方にはCureApp HTを紹介しています。
患者さんにCureApp HTを紹介する際には、CureAppが医療機関向けに提供している「ガイドブック」や「患者さん向け説明動画」を活用しています。動画は事前にiPadにショートカットを置いているので電子カルテを操作している間に動画を2,3分見てもらってから、補足の説明や質問にお答えするなどして「試してみたい」という方に処方しています。
費用面についても「6ヶ月取り組んで降圧が実現されれば減薬にもつながり、結果、経済的では？」と説明すると納得していただけています。

処方する際もiPadから処方コードを発行しています。*1
iPadならではの起動の速さで、慣れてしまえば1分ほどで処方コード発行と患者さんのアプリへのアクティベートが完了します。
再診時もiPadから医療機関側画面を開き、医師アプリ（左図）に接続して直近1ヶ月の血圧推移の画面を見せながら、患者さんが入力してくれた「振り返り*2」の機能を見て指導をしています。

*1 iPadだけではなく、PCに医療機関側の画面をインストールしての処方や、経過を紙に印刷して患者さんと共有いただくことも可能です
*2 1日の振り返り、医師との約束実施状況についての記録

CureApp HTなら患者さんが前向きに生活習慣の改善に取り組んでくれる

実際に40例以上の患者さんに処方をしてみて、気づいたことがあります。それはCureApp HTから学んだことを患者さんが行動に移し、振り返りを入力し、CureApp HTのキャラクターから褒めてもらえることでまた生活習慣の改善に取り組む、いいサイクルができているということです。
全員がうまくいっているわけではありませんが、多くの患者さんが前向きに生活習慣の改善に取り組み、「がんばれば薬が減らせるかも」とモチベーション高く続けられていることに驚いています。
今まで診察室だけでしか患者さんとの接点を持つことができませんでしたが、CureApp HTが診察室以外の時間をサポートしてくれていることにアプリで治療する意義を感じています。

お話をうかがったのは

岡崎 修（おかざき・おさむ）先生

岡崎ハートクリニック 院長

1982（昭和57）年　昭和大学医学部卒業、昭和大学藤が丘病院、1989（平成元）年　国立療養所中野病院、1995（平成7）年　国立国際医療センター、1997（平成9）年　米国ユタ大学、1999（平成11）年 国立国際医療センター、2007（平成19）年 国立国際医療研究センター、2021（令和3）年 岡崎ハートクリニック

医学博士号　日本内科学会認定医・指導医　日本循環器学会専門医
身障者・難病指定医　日本肺高血圧学会評議員