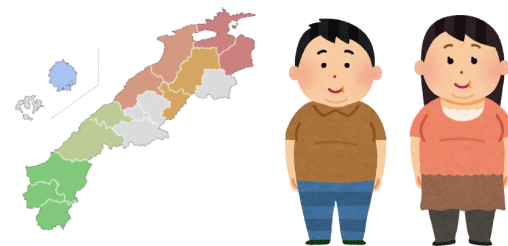


生活習慣病患者とその 予備軍に対する健康な 生活管理と 診療支援システム



生活習慣病患者とその予備軍における課題

今日、国民医療の約1/3は生活習慣関連疾患によるものとされている。島根県においても**40~50歳**頃から生活習慣と関連の高い**高血圧**、**脳血管疾患**、**循環器疾患**、**悪性新生物**、**糖尿病**などの患者数が年齢と共に増加している。



若年層のうちから増悪予防に努めることが重要であることが周知の事実となっている。

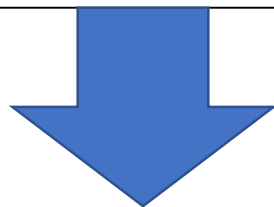
しかしながら、生活習慣病患者やその予備群に対する医療活動の課題として、次のような事項があげられる。

生活習慣病患者とその予備軍における課題

課題－1：受療行動の遅延

自覚症状があっても受診するまで1週間以上要した原因として「**まず様子を見ようと思った**」の回答が**65.5%**と最も高い結果であり健康診断結果の数値が悪くても、「**受診しない**」「**生活を変えない**」患者が多く受療行動の遅延が生じている。

平成26年厚生労働省：受療行動調査



これら健康のボーダー層に対する**意識変容**、**行動変容**を促す仕掛けが不可欠である。

生活習慣病患者とその予備軍における課題

課題－2：若年層の受診中断・健康生活の不継続

糖尿病受診中断者は年約8%とされおり、中断者の多くは若年層（50歳未満、とくに20~30歳代）であったと報告されている。
また、運動や食生活への配慮などの健康行動の継続ができないことが大きな課題となっている。

厚生労働科学研究「糖尿病予防のための戦略研究」

課題2(J-DOIT2)の結果から作成された糖尿病受診中断対策包括ガイド

継続した受信や健康生活のための
しくみづくりが重要となっている。

生活習慣病患者とその予備軍における課題

課題－3：専門医が抱える診療中の課題

●各診療科の専門医と診療場面でのニーズ

- ・「患者の**受療が遅い**」
- ・「外来診察の合間の期間の**自己管理が不十分**」
- ・「通院距離のため頻回の受診は困難で詳細な**フォローアップができない**」

●診療上の問題点

紙媒体で用意されている様々な疾患の**管理手帳の不連携**


各診療科の専門医と診療場面でのニーズ調査

患者の健康生活行動データの見える化
医師との共有を図る仕組みが効果的



ターゲット・目的

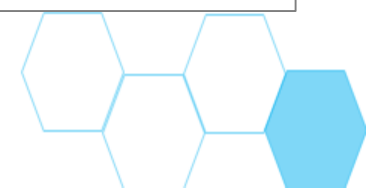
ターゲット



糖尿病患者、メタボリックシンドローム
その他生活習慣病関連疾患該当者や予備群者

目的

使用者のモチベーションを喚起
しながら促し、医療従事者と健康
増進に向けたサービスをICTに
よって実装し、解決する。



事業概要

生活習慣病患者及びその予備軍、糖尿病患者向け 手帳アプリ開発

当初は生活習慣病患者及びその予備軍をターゲットとして想定していたが、本アプリの普及を容易とするため、糖尿病患者やメタボリックシンドローム予備軍への比重を高く見積もったアプリを開発した。

●行動記録による重症化予防

定期的な検診や検査、日々の生活管理、服薬の管理など**コントロールがうまくいかない患者**が多く存在する。

●医師との情報共有

医師も一人一人の状態把握が困難なため、重症化するケースも少なくない。



アプリを利用することにより、
スケジュール調整や日々の行動を
医師と共有することにより、
よりよい治療が期待できるようになる



生活習慣病患者とその予備軍、糖尿病患者向け 手帳アプリ



healthcare

healthcare App

- 利用者の健康数値や身長体重からのアバター生成
- 行動化記録による重症化予防
- 視覚的にわかりやすい健康生活習慣管理と継続行動のしくみ

身長・体重から自分の体型を視覚化



おくすりの時間をお知らせ





アプリモニター アンケート調査





ヘルスケアアプリアンケートモニター調査

●モニター対象

- ① (株)バイタルリード社員
- ② 島根大学医学部附属病院職員
- ③ 市役所職員
- ④ 上記モニターの家族

生活習慣病予備軍を中心に一般の方を対象とし、アプリをインストールした後実際に利用してもらい、主にアプリの操作性についてのアンケート調査を行った。

モニター人数：111名



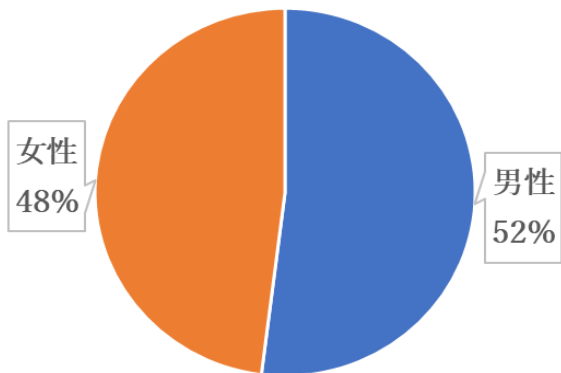


アンケート調査結果

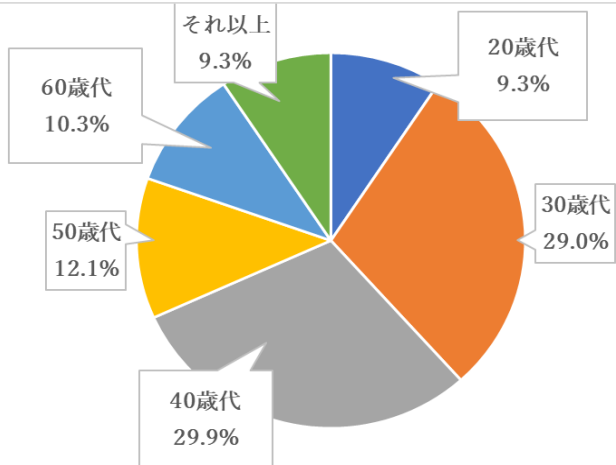


ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-1

①モニター属性



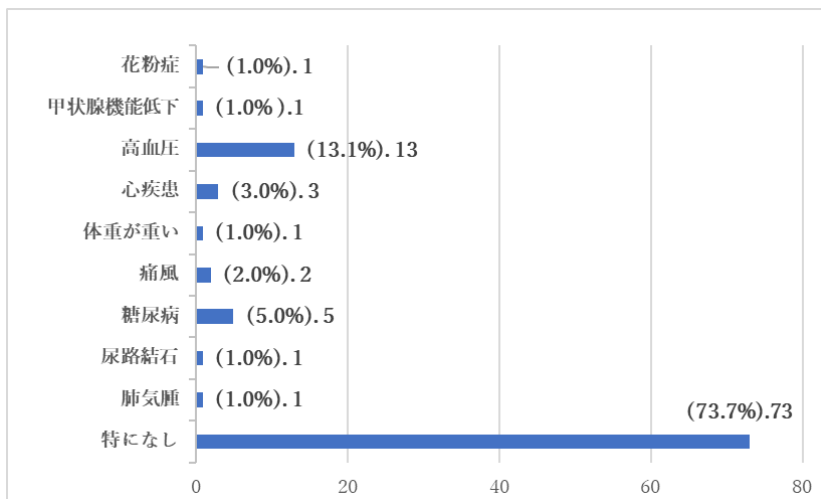
今回のアンケートモニターの男女の比率にほぼ差はなかった。



30代、40代の生活習慣病予備軍の世代を中心に幅広い年代がモニター調査へ参加した。

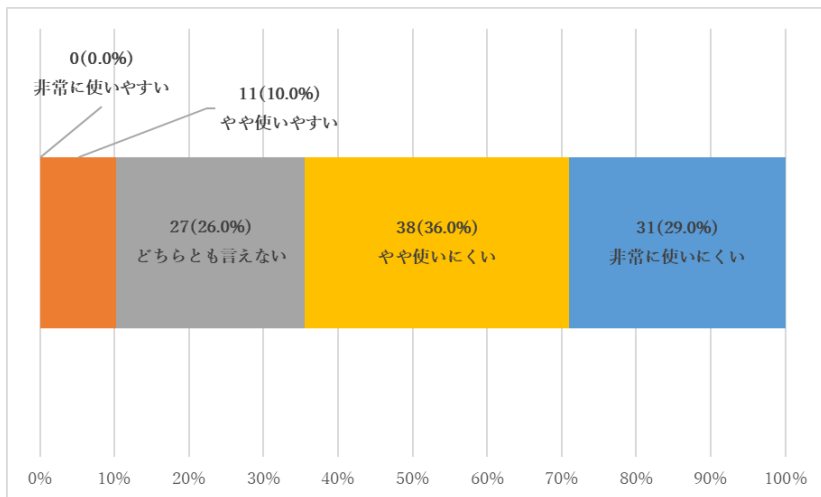
ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-2

②現在治療中の病気



モニターの**約30%**がなんらかの病気の治療中であり、現在、生活習慣病治療を行っているのは全体の**24%**であった。

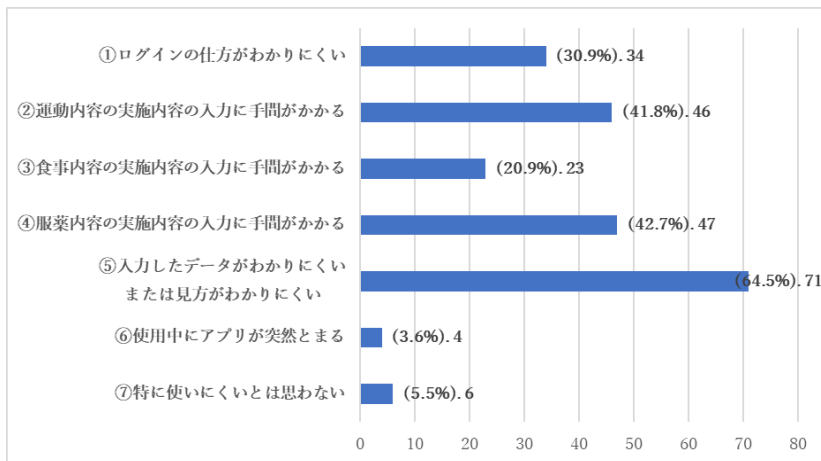
③アプリの使い勝手



「**やや使いにくい**」
「**非常に使いにくい**」と
答えたモニターが**半数以上**であった。

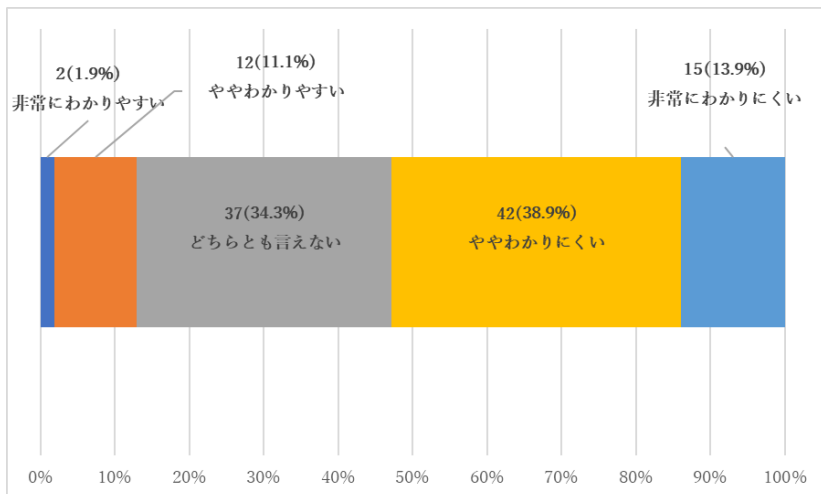
ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-3

④アプリの使いにくさの原因(複数回答可)



「入力したデータがわかりにくい、または見方がわかりにくい」という意見が半数以上であった。

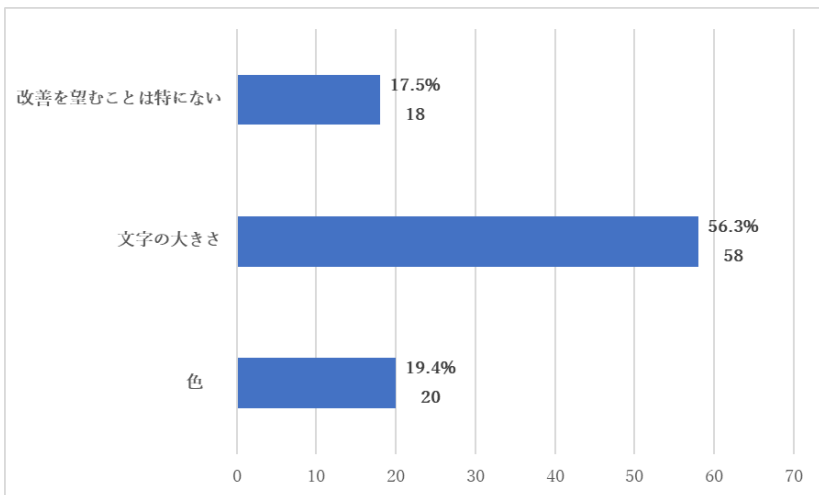
⑤アプリの画面表示のわかりやすさ



「どちらとも言えない」「ややわかりにくい」という意見が半数以上であった。

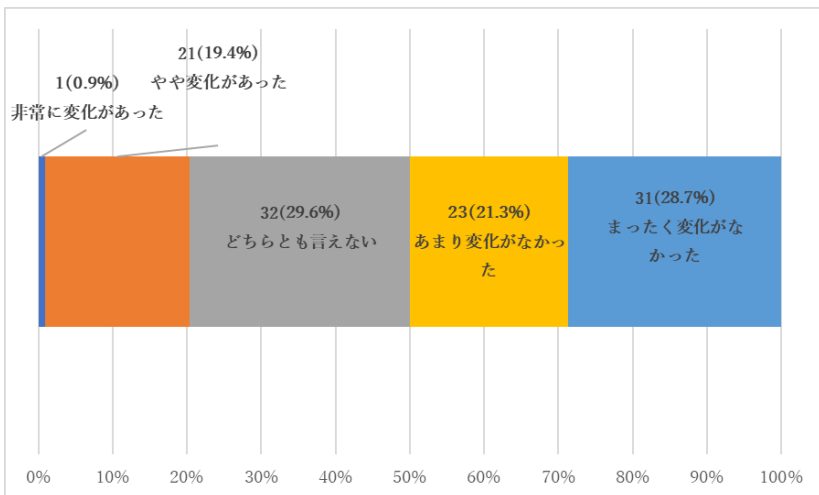
ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-4

⑥画面表示で求める改善点(複数回答可)



アプリ内の「**文字を大きくすること**」が求められている。

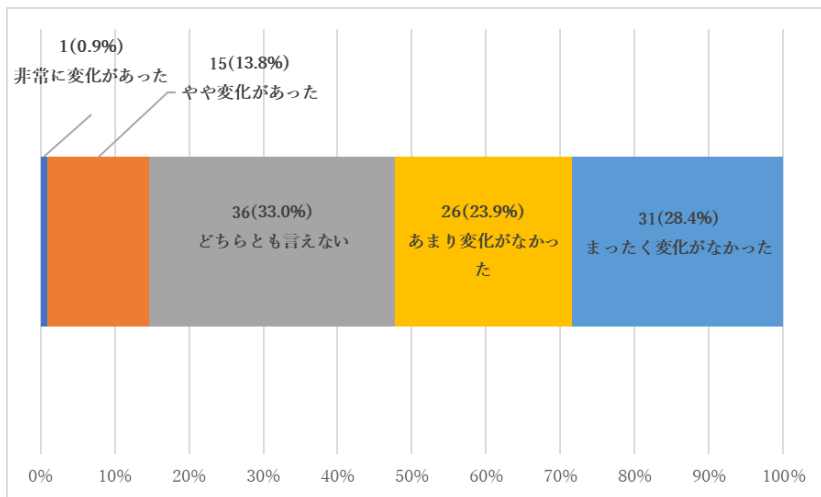
⑦アプリ使用前後での食生活管理意識の変化



モニターの**約20%**がアプリ使用によって食生活管理意識が変わった。

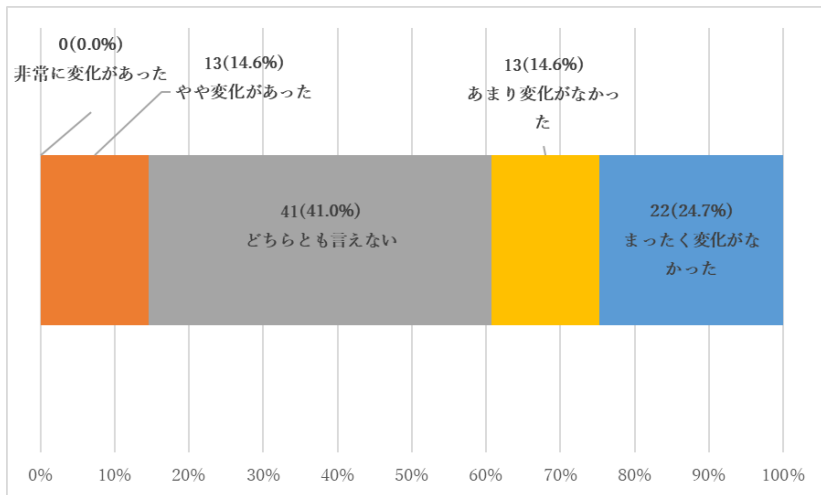
ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-5

⑧アプリ使用前後での運動習慣意識の変化



モニターの**約15%**がアプリ使用によって運動習慣意識が変化した。

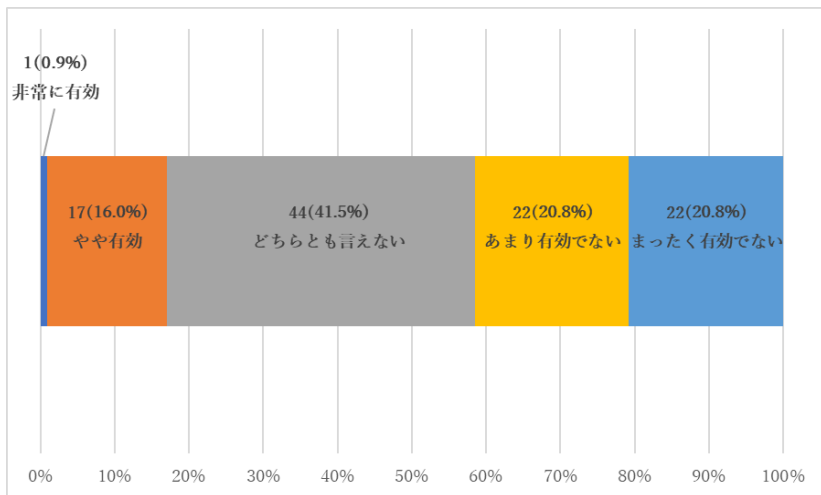
⑨アプリ使用前後での服薬管理意識の変化



モニターの**約15%**がアプリ使用によって服薬管理意識が変化した。

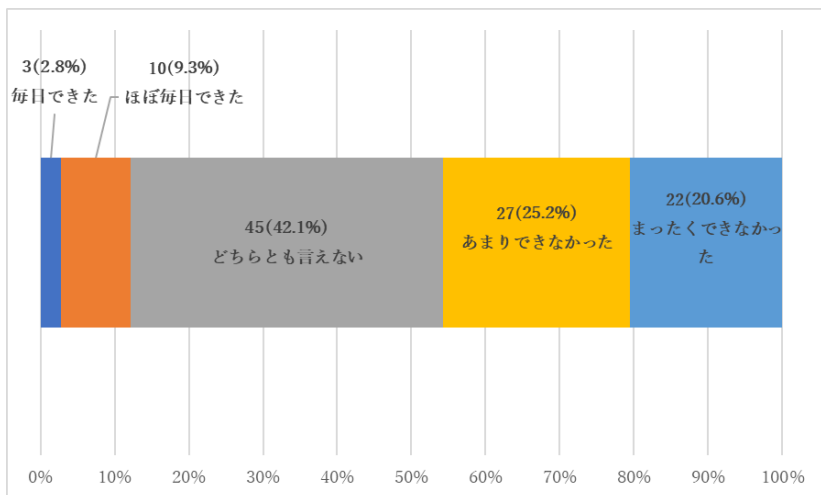
ヘルスケアアプリアンケート調査結果1-6

⑩アプリ使用は生活習慣管理に有効であったか



モニターの半数以上が「どちらとも言えない」「あまりできなかった」と回答した。

⑪アプリを使用し、毎日の食事・運動・服薬管理ができたか



モニターの半数以上が「どちらとも言えない」「あまりできなかった」と回答した。

これらの結果に関しては、「アプリの使いにくさ」が原因となっていると考える



アプリ使用操作性についての意見(自由記入)

①機能について

- 項目が多い、もっとシンプルに機能項目を絞った方が良い
- 最初にチュートリアルのようなものがあったら良いと思う
- ヘルプ機能の追加





アプリ使用操作性についての意見(自由記入)

②データ入力方法について

- 1日前のデータを入力するのに手間がかかる
- 入力のアラーム通知があると良い
- 何を入力する必要があるのかアナウンスがあると良い





アプリ使用操作性についての意見(自由記入)

③画面表示について

- 記録していくアプリはカレンダー表示になっているためその方が良い
- 1週間と表示を切り替えられるといいと思う
- 病気について注意喚起すべき数値がクローズアップできると良い
- アバターはもっとオリジナリティがある方が良い







その他の意見(自由記入)

①GOODポイント

- アバターが見れるのは楽しかった
- 食事に関して検討するいい機会になった
- 体調管理の意識が芽生える、簡単に使えるアプリになると思う

②BADポイント

- 対象をもっと絞ったほうが良い、予備軍向けではない
 - 病気でない人の生活習慣の管理にはもっとシンプルで見やすいものが良い
 - 直感的に使用が難しく、何をして良いのかわからない
- 



追加機能について(自由記入)

- 手軽に楽しみながら使える工夫がもっとできるのではないかと思う
- アプリ利用者内でランキングがあると楽しい
- アバターアイテムがもらえたり、ポイントがもらえたりすると良い





ヘルスケアアプリアンケート調査結果まとめ


- ①約10%程度はアプリの使用による意識の変化があった、有用性ありと回答している
- ②本アプリはまだ十分に使いやすいものとは言えない
- ③現段階のアプリ内容では、生活習慣の管理が十分にできるものではなく、健康増進が得られるものではない





今回の事業の効果






今回の事業の効果

①アプリの使用による意識の変化

- 約10%程度はアプリの使用による意識の変化があった、有用性ありと回答している

②動機付け、意識変容へのアプローチ方法、ターゲット層の明確化

- 予備群層や健康への意識が低い層にアプリを利用させるための仕組みを見出す事が可能となった
 - 患者層や利用意思がある層から意見を取り込むことにより、本アプリの利用価値が向上すると考えられる
 - さらに、ユーザ層毎にアプローチを変化させることにより、**継**続した利用を促進することが可能なことから、将来性を見出すことができた
- 




今後の課題





今後の課題

- ①アプリの使用操作性の向上促進
 - ②ターゲット層毎の機能分類
 - ③医療的側面、健康増進をサポートする機能の充実
 - ④アバター機能の構築
 - ⑤医療機関で利用可能となる仕組みの構築
- 

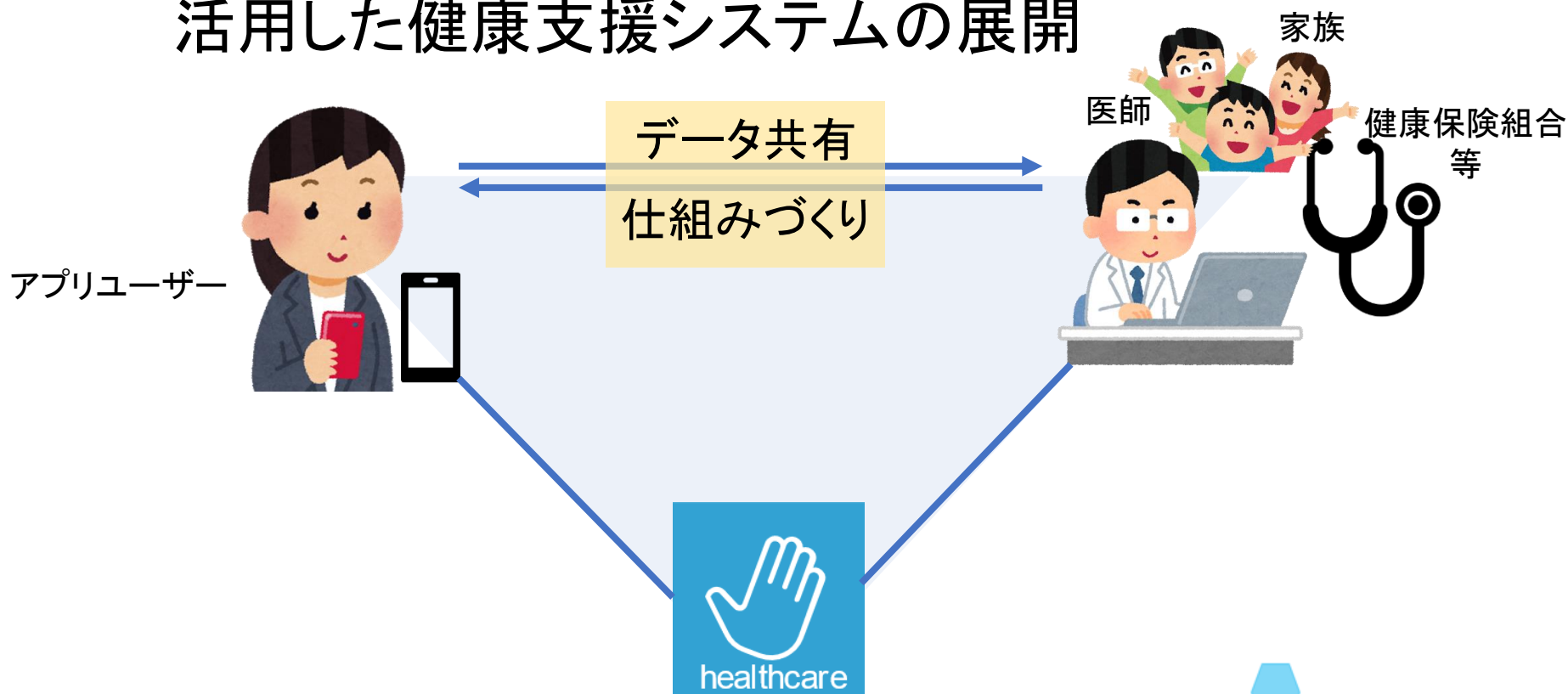


今後の展開



今後の展開-1

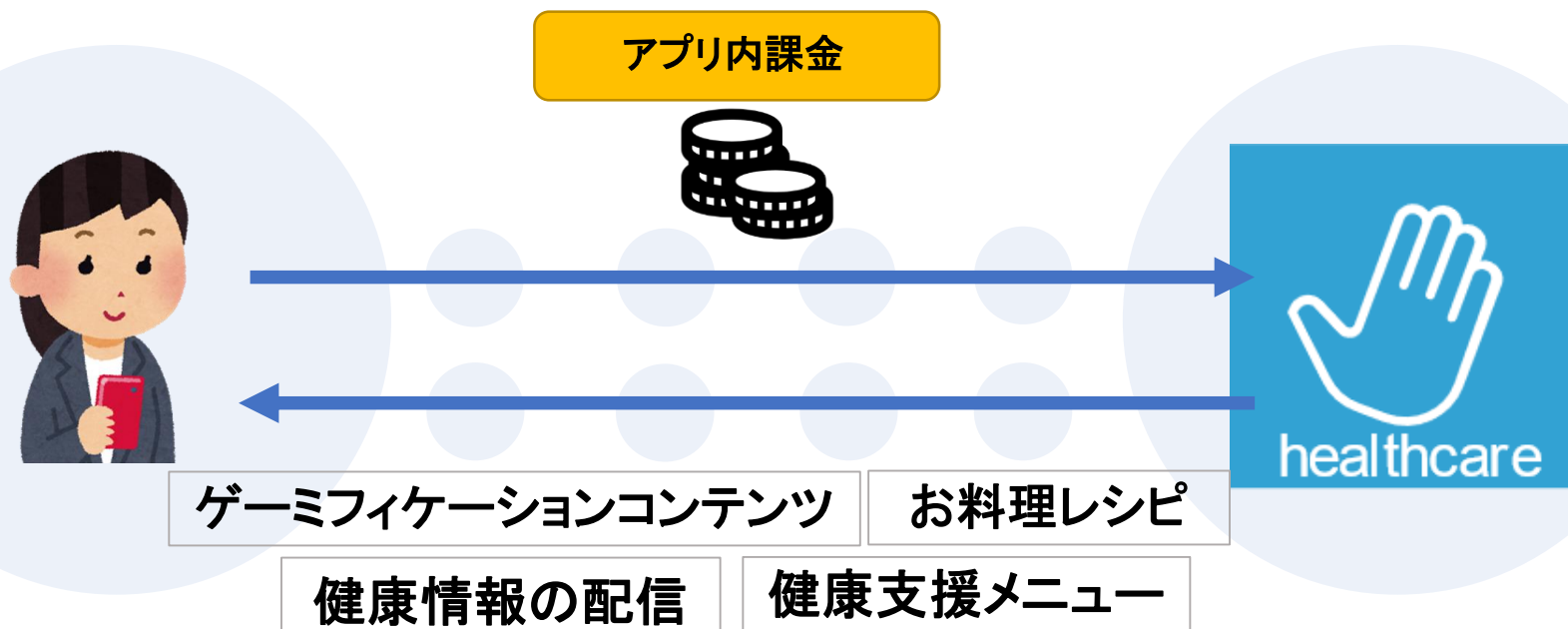
①データ共有の仕組みを構築し、共有したデータを
活用した健康支援システムの展開



データを共有する上でのセキュリティ面の検討も同時に進める

今後の展開-2

②健康支援メニューの開発、アプリコンテンツの充実化 による課金型システムの展開



アプリコンテンツの充実



ご清聴ありがとうございました

