かかりつけの先生へ

患者さんが参加する重症化予防プログラムのご説明です。ご一読ください。
本プログラムは患者さんが加入している医療保険者様より
株式会社 JMDC が委託を受け提供しています。

在宅＆就業継続しながら行える
糖尿病性腎症重症化予防プログラム

PepUp.compass

糖尿病の重症化を予防し「生活の質」の低下を防ぐ

患者さんの療養生活の土台作りをサポート

CGM（フリースタイルリブレ）を活用し、保健師、または管理栄養士とともに、日々の血糖値変動を振り返りつつ、生活習慣改善に必要な知識と重要な気づきを与え、実践していただけるよう健康習慣の継続をサポートいたします。3 ヶ月間のプログラムが終了しましたら、指導内容や行動目標などを記載した実施報告書にて結果を報告させていただきます。日常診療にご活用いただけますと幸いに存じます。

※ CGM（持続的グルコース測定）　専用のセンサーとリーダーを使用して血糖（グルコース値）変動を見える化できるシステム

Pep Upとは

Pep Up は株式会社 JMDC が提供している PHR サービスです。
あなたの「健康年齢」を維持改善するためのヘルスケアプラットフォームです。

! 以下の基準でJMDCにて対象者を抽出しています。

受診歴	過去4カ月以内に、糖尿病関連のレセプト（薬剤含む）がある
健診結果	直近の健診でHbA1cが6.5％以上（40歳未満の加入者の場合は空腹時血糖126mg/dl以上）
除外基準(対象外)	腎症4期（尿蛋白が(2＋)以上、またはeGFRが30未満）に該当する方は対象外

抽出後、医療保険者のご意向で選定された対象者にご案内し、申込みいただいた方（患者さん）にご参加いただいています。

かかりつけの先生へのお願い

☑ 保健指導上の留意点のご教示（安全性の確認）

プログラムでの生活習慣改善（食事や運動など）に取り組むにあたり、現在の治療方針や合併症の状況を踏まえ、医学的な観点からの支障の有無や、指導上の制限・留意点があればご教示をお願いいたします。

☑ 情報共有へのご協力

プログラムを通じて得られた生活状況やCGMのデータは診療上も有用な情報となるため、実施後に「実施報告書」にて情報共有させていただくことへのご理解をお願いいたします。

☑ 患者様への継続的なサポート

プログラム終了後も、患者様の生活習慣改善の取り組みに対して、日常の診療のなかでサポートやお声がけをいただけますと幸いです。

プログラムの詳しい内容は裏面をご覧ください

プログラム「PepUp .compass」の特長

POINT 01

CGM（フリースタイルリブレ）、PHR（Pep Up）の活用によるオンライン型プログラム



POINT 02

専門職による、ガイドラインに基づいた伴走型の支援



プログラム「PepUp .compass」の内容（概要・仕組み）

プログラムの目的

重症化（合併症発症）予防を目的とし、自身の血糖変動の特徴および注意すべき生活習慣や医療とのかかわり方を理解し、改善を目指す

プログラム進行イメージ（3ヶ月コース）



※糖尿病の受診をされている方は、プログラムへの参加報告および実施報告書は参加者からかかりつけ医に共有していただきます

主な実施内容と使用教材



使用物品　リブレセンサー×2

- **FreeStyleリブレ(CGM)**：最大14日間装着し、日々のグルコース値の変動を「見える化」します。
- **Pep Up(健康管理アプリ)**：日々の記録（体重や血圧等）の入力や、eラーニングを用いた糖尿病に関する学習を行います。
- **JMDC制作 e-learning**
- **オンライン面談**：専門スタッフによるWeb面談を実施し、CGMの結果をもとにした生活習慣の振り返りや行動計画の策定・指導を行います。（計3回 ＋ チャット支援）

成果物の共有

プログラム終了後、指導内容や行動目標を記載した「実施報告書」にて結果を報告いたします。（対象者様を通じてお渡しいたします）

生活習慣サポートや操作方法を、専門職がフォロー

健康ポータルサイトPep Up（ペップアップ）に入力された記録や測定を確認し、専門職が面談やチャットで生活習慣の改善をサポート。個人の状態に合わせた伴走型の継続支援を行います。



お問い合わせ先：株式会社JMDC 医療専門職サービス部 Pep Up .compass担当
電話番号：03-5733-8611 メールアドレス：mp-success@jmdc.co.jp