

令和元年6月21日現在

機関番号：25201

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K11809

研究課題名(和文) 精神疾患患者のエンパワメントと参画型糖尿病教育プログラムの開発

研究課題名(英文) Development of the patient participation in planning style of diabetes education program that empowers mentally ill patients to self-manage diabetes

研究代表者

石橋 照子 (ISHIBASHI, Teruko)

島根県立大学・看護栄養学部・教授

研究者番号：40280127

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,900,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、糖尿病を併せ持ち地域で生活する精神疾患患者が糖尿病の自己管理ができるように、参画型糖尿病教育プログラムを開発し、その効果を検証した。具体的には、参画型糖尿病教育プログラムを開発するとともに、その有効性を実証的に検証した。また、本プログラムの有効性について、糖尿病管理に関する行動変容だけでなく、参加者のエンパワメントプロセスから社会性、課題解決能力、自尊感情などについても検討し、一定の効果を確認した。さらに、糖尿病をあわせもつ精神科デイケア利用者への支援と糖尿病管理の実態について、全国調査結果から、糖尿病を併せ持つ精神疾患患者が地域で生活する際の課題を明らかにした。

研究成果の学術的意義や社会的意義

精神科デイケアにおいて活用できる参画型糖尿病教育プログラムを開発し、その効果を実証することで、精神疾患患者の社会復帰施設において、広く普及されることが期待できる。また、本プログラムは心理社会的介入であり、糖尿病管理に向けた行動変容だけでなく、参加者の社会性や課題解決力、自尊感情の向上なども期待でき、糖尿病教育以外に看護の教育的関わりプログラムとして広く応用が期待でき、その効果は大きい。さらに、継続参加により患者の健康管理への意識が高まることが期待できる。患者が自分で健康管理できるようになれば、福祉職員が多い社会復帰施設でも、一段と社会復帰を促進できると考える。

研究成果の概要(英文)：The patient participation in planning style of diabetes education program aims to be able to manage diabetes self-management by mentally ill patients who have diabetes and live in the area by continuing learning independently. In this study, we developed the program of participatory diabetes education and verified its effect. The program revealed that learners can not only manage their own diabetes but also empower their sociality, problem solving ability and self-esteem. In the second study, we investigated how patients with mental illness who had diabetes and went to day care received care for diabetes, and the results revealed the problems.

研究分野：看護学

キーワード：エンパワメント 患者参画型糖尿病教育 精神疾患患者 糖尿病

1. 研究開始当初の背景

日常生活における活動性の低下や療養環境に基づく運動不足、抗精神病薬による過鎮静、不規則な食習慣などの要因により、精神疾患患者は健常者に比べ糖尿病を併せ持つ患者の割合が高いと言われている。しかし、糖尿病の自己管理に向けた患者教育は十分に実践されていない。その患者側の要因として、自制困難、糖尿病の病識欠如、糖尿病の誤った認識、精神症状の悪化などが挙げられる。環境側の要因としては、単科の精神科病院や地域の精神障害者福祉施設などでは、糖尿病治療に十分に対応できるスタッフがいないなどが挙げられる。したがって、患者側の困難要因に対応して継続して取り組める教育方法で、且つ精神疾患患者に関わるスタッフが取り組める具体的な糖尿病教育プログラムの開発が必要であると考えた。

しかし、慢性疾患患者を対象とした看護の教育的関わりをモデル化したものは散見されるが、精神疾患患者を対象とした慢性疾患の自己管理ができるための教育的関わりについて、モデル化したものは見当たらなかった。また、精神障害やエイズなど受容しにくい問題を持つ人たちに、心理面への十分な配慮をしながら疾病受容し自己管理への行動を促していくには、心理教育などの手法を取り入れた教育プログラムを検討していく必要があった。

以上のことから、参画の原理と心理教育の進め方を取り入れ、精神疾患患者に実践可能な「参画型糖尿病教育プログラム」を開発すること、糖尿病管理に向けた行動変容だけでなく、エンパワメントの観点から他の能力についても効果を検証することが必要と考え、本研究に取り組んだ。

2. 研究の目的

本研究は、糖尿病を併せ持ち地域で生活する精神疾患患者が糖尿病の自己管理ができるように、参画型糖尿病教育プログラムを開発し、その効果を検証することを目的とする。

(具体的目標)

- 1) 申請者が糖尿病教室で実践してきた教育方法とエンパワーを支援する関わりを関わり技法として統合し、参画型糖尿病教育プログラムを開発するとともに、その有効性を実証的に検証する。
- 2) 本プログラムの有効性を、糖尿病管理に関する行動変容だけでなく、参加者のエンパワメントプロセスから社会性、課題解決能力、自尊感情などについても検討する。
- 3) 糖尿病を併せ持つ精神疾患患者が地域で生活する際の課題を明らかにする。

3. 研究の方法

【実態調査】

- 1) 目的：糖尿病を併せ持つ精神疾患患者が、地域で生活する際の糖尿病管理に関する課題を明らかにする。
- 2) 対象者：全国の単科精神科病院が運営する精神科デイケアの代表者で調査協力の同意が得られた者
- 3) 調査方法：自記式質問紙調査。質問紙配布は郵送による配布回収とする。
- 4) 調査内容：
対象施設：スタッフの職種・経験年数等属性、糖尿病教育（個別・集団）等の実施状況等
糖尿病を併せ持つ施設利用者：対象者の属性、精神科診断名、糖尿病型、治療状況、糖尿病のコントロール状況、管理に関する課題等
- 5) 分析方法：調査項目毎に単純集計し、概観。 について、糖尿病コントロール良好群と不良群に分けて比較し、課題を明らかにする。

【参画型糖尿病教育プログラムの開発】

- 1) 目的：参画型糖尿病教育プログラムを開発する。
- 2) 参加者：精神疾患患者で糖尿病を併せ持ち、出雲市内にある精神科病院のデイケアに通所する者で研究参加の同意が得られた者 6～10 名、およびプログラム実施に関わるスタッフ 3 名
- 3) 方法：
参画型糖尿病教育プログラムの要件を定義する。
H26 年度までに得られている申請者の研究結果から、教育方法とエンパワーを支援する関わりを関わり技法として統合し、参画型糖尿病教育プログラムとして設計する。
参画型糖尿病教育プログラムを実施し、参加者およびスタッフに聞き取り調査を実施する。
聞き取りの結果を踏まえ、プログラムの検討を経て参画型糖尿病教育プログラムを作成する。実施する施設や参加者の状況に応じて適宜内容やペースを修正できるようなフレキシブルな内容にする。

4. 研究成果

【実態調査】

全国の精神科病院が運営する精神科デイケアで調査協力の同意を得た 134 施設のうち、133

施設から回答を得た。総利用者 8,069 名中、現在糖尿病と診断されている者は 698 名 (8.7%) であり、男性 4,977 名中 468 名 (9.4%)、女性 3,092 名中 234 名 (7.6%) であった。利用者に対する施設の糖尿病教育実施状況は、「実施」44 施設 (33.1%)、「未実施」73 施設 (54.9%)、「過去実施していた」16 施設 (12.0%) であった。HbA1c 値により、対象を糖尿病管理良好群と不良群に分け、基本的属性や糖尿病教育実施状況との関連を分析した結果、「年齢」「治療状況 (経口糖尿病薬・インスリン療法)」「BMI」「糖尿病教育にかかわるスタッフ職種 (その他のスタッフ)」に有意な差がみられた。

このことより、精神疾患の知識や対応を心得た医療スタッフのもとで、糖尿病コントロール支援ができる場が必要であり、糖尿病をあわせもつ精神疾患患者に対し包括的に支援できる場として、精神科デイケアに期待される役割は大きいと考えられた。

【参画型糖尿病教育プログラムの開発】

申請者は H21-H23 年度の基盤研究 (C) で、糖尿病を併せ持つ精神疾患患者を参加者とし、糖尿病の自己管理に向けた介入研究を行った。さらに、H24-H26 年度の基盤研究 (C) で、精神科病院入院中もしくはデイケアに通所する糖尿病を併せ持つ精神疾患患者を参加者とした参画型糖尿病教室の実証研究を継続し、エンパワメントプロセスとして効果を検証した。

これらの研究結果を踏まえ、「参画型糖尿病教育」について、教育の受け手である学習者 (糖尿病を併せ持つ精神疾患患者) が、自ら教育の場づくりに参加するという学びへの参加行動を促す教育方法と定義しプログラムの構築には、以下の概念を基調として組み立てた。

1. 集団心理教育の手法を取り入れた糖尿病教室の運営

心理教育とは、精神障害やエイズなど受容しにくい問題を持つ人たちに、正しい知識や情報を心理面への十分な配慮をしながら伝え、病気や障害の結果もたらされる諸問題・諸困難に対する対処法を習得してもらうことによって、主体的に療養生活を営めるように援助する方法である。それにより知識を得るだけでなく、実際に実践しようとした場合の苦労や工夫などを話し合いながら主体的に取り組んでみようという気持ちを大切にする。また、グループでディスカッションすることにより、仲間意識が育ち、互いに支え合いながらエンパワーのプロセスが漸進することをねらいとする。

2. 学習者参画による学習会の企画

参画とは、学習者自ら学習会の企画の段階から加わり、学習会のテーマ設定をしたり自ら学習教材の提供をしたりすることである。これにより、学習者の知識定着とニーズアセスメントにつながり、次の学習テーマ発見につなげる。学習者が希望したテーマで学習会を企画し、食事データなど自ら学習教材の提供することで、学習への場づくりとなり、主体性と継続性をねらいとする。

3. ポートフォリオを活用した目標設定

個人ファイルを提供し、学習会の資料やセルフモニタリングした血糖値の記録などためていった。こうした記録の蓄積を学習者と研究者が共に一覧することにより、学習者がどのような学びのプロセスを経て成長していったかを振り返るようにする。そして、自らの学習過程を客観的に把握するとともに、「振り返り」を通して自らの課題を見つけ、糖尿病自己管理に向けた目標設定つなげることをねらいとする。

4. 患者のストレングスに着目したエンパワメント・アプローチ

患者のストレングスに着目したエンパワメント・アプローチを「精神障害者を生活者と位置づけ、パワーレスな状態にある精神障害者の成長や変化の可能性を尊重し、個人的レベル、対人関係レベル、社会的レベルにおいて、個人や環境のストレングスを十分に活用・強化しながら、その人らしい地域生活を営むことができるように支援していくアプローチ」と定義した。具体的には、学習者の優れている点、良くなった点をさらに伸ばすことを意識して「動機づける」「問題意識を高める」「自己開示を促す」などのコミュニケーションを心がけ、参加者のエンパワメントに向けた場づくりをねらいとする。

【開発した参画型糖尿病教育プログラム】

糖尿病教室を精神科デイケアのプログラムとして位置づけ、月に 2 回定期的に開催する。糖尿病の自己管理を目指して、互いに支えあい問題に対処する力を高める場となるようセミクローズドなグループとする。

グループメンバーは、精神科デイケアの利用者で糖尿病を併せ持つ精神疾患患者 10 名程度とする。参加条件として、当該の精神科デイケア通所者で糖尿病を併せ持つ者としている。また、精神疾患は問わないが、参加の目安として「60 分程度座ることができる」とする。

1 回の糖尿病教室は 60 分程度とし、学習会のセッションとディスカッションのセッションのセットで開催する。学習会のセッションは 20~30 分に収め、ディスカッションのセッションを 30~40 分とする。

学習会のテーマは、学習者が学びたいテーマを出し合い、話し合いにより決める。学習会の教材に用いるデータもできるだけ学習者に提供を求め、食事などデジタルカメラに収め

てきてもらうなどする。

ディスカッションのセッションでは、学習会のテーマに関連して、日々の生活で困っていることや工夫していることなど話し合う。メンバー全員が自由に発言することを基本とするが、スタッフがファシリテートの役割を務め、安心感と学習効果の向上を目指す。

月1回、糖尿病教室に血糖とHbA1cの測定器を持参し、セルフチェックできるようにする。希望者は測定し、自分で記録表に記載する。

メンバー一人ずつに「マイファイル」を提供し、毎回の学習会の資料やセルフチェックの記録表、自分で撮影した食事データなど綴じてもらう。

2~3か月ごとに振り返りの機会を設ける。糖尿病に関して「知っていること」「学習を通して分かったこと」「疑問や課題に感じること」など、テーマを決め、学習者は1カード1義で思い出しながら15分程度カードに記載していく。記載したカードを1枚ずつ読み上げ、同じもしくは似ている内容をカテゴリー化しながら模造紙上に貼っていく。カテゴリーごとにマーカーで囲み、どんな内容かをまとめる。この作業を通して、知識の整理と次の学習したいテーマ探しにつなげる。

6か月ごとにマイファイルを用いて振り返りを行い、各自で取り組みを評価し、スタッフと話し合いながら次の取組目標を決める。それをメンバーの前で発表する機会を設ける。スタッフは3名を基本とし、リーダーは学習会やディスカッションの進行を行う。1名は参加観察をする。1名はリーダーのサポートをし、安心して楽しいと思える場づくりに努める。

糖尿病教室開始前には、スタッフ間で参加者の気になる情報を共有し、配慮すべき点などを確認する。教室終了後にスタッフのみで行うポストミーティングを10分程度行う。参加者の反応など意見交換し共有化や必要な対応につなげる。

このような糖尿病教室を1年半から2年程度継続し、学習メンバーが自発的に活動できるようになったら終了とする。

可能であれば、終了後も時々フォローアップ交流会を行う。

このプログラムを、約10名の学習者を対象に2年間継続実施した。それを2グループ展開した結果、学習者に糖尿病改善に取り組む行動変容がみられただけでなく、7つのエンパワメント(以下の文中に「」で示した)と、プロセスを確認できた。

教室の学習内容に「興味・関心の高まり」が生じ、「帰属意識と開放性の高まり」が確認できた。そこから「他者の肯定と支え合い」ができるようになると共に「問題意識と現実に向かう意欲」が生じていた。課題解決に向かう過程で「予期性不安の表出」をしながら対処行動をとり、検査結果の改善がみられたり、他者からの肯定的評価により承認されたりすると、「満足感と自己成長の自覚」につながっていた。そして、ご飯量を測る、運動に取り組む、食べたい欲求をコントロールするなど「生活の質改善とコントロール感の獲得」につながるプロセスがみられた。

さらに、専門職によるアプローチの視点として、患者参画型糖尿病教育におけるエンパワメント・アプローチを検討した。具体的には、参加者のエンパワメントにつながるスタッフのコミュニケーションのコツを抽出し、その特徴を明らかにした。

糖尿病教室を運営するスタッフ3名を対象に参加者とのコミュニケーションの様子を参加観察し、フィールドノーツを作成し、分析の対象とした。その結果「動機づける」「問題意識を高める」「自己開示を促す」など、9つのコツを抽出できた。このことから、糖尿病教室での参加者とスタッフのコミュニケーションは、参加者の糖尿病自己管理に向けた力をエンパワメントできており、効果的な場づくりができていたことが示唆された。

5. 主な発表論文等

[雑誌論文](計 6 件)

- 1) 石橋照子, 松谷ひろみ, 大森眞澄: 患者参画型糖尿病教育に参加する精神障がい者のエンパワメントプロセス, 日本医学館語学教育学会誌, 25(2), 18-27, 2016.
- 2) 石橋照子, 松谷ひろみ, 大森眞澄: 内発的動機づけを高める患者参画型糖尿病教育の教育的関わり, 島根県立大学出雲キャンパス紀要 13 145-152, 2017.
- 3) 石橋照子, 大森眞澄, 松谷ひろみ, 藤井明美, 日野雅洋: 糖尿病合併精神疾患患者のエンパワメントにつながるコミュニケーションのコツ, 日本医学看護学教育学会誌 26(2) 14-20, 2017.
- 4) 松谷ひろみ, 石橋照子, 金城祥教: 精神科デイケアにおける糖尿病をあわせもつ精神疾患患者の糖尿病管理に向けた支援実態の分析, 日本看護研究学会雑誌 41(2),
- 5) 日野雅洋・石橋照子・大森眞澄・藤井明美・松谷ひろみ: 精神科デイケア・障害福祉サービス施設での看護学生の学び, 島根県立大学出雲キャンパス研究紀要 14, 45-51, 2018.
- 6) 大森眞澄・日野雅洋・石橋照子・藤井明美・松谷ひろみ: 糖尿病療養者のためのヘルスツーリズム 継続参加が生む相互交流, 島根県立大学出雲キャンパス研究紀要 14

23-28, 2018.

[学会発表](計 7 件)

- 1) 松谷ひろみ, 石橋照子: 糖尿病を併せ持つ精神疾患患者の糖尿病管理における精神科デイケアの役割と支援の実態調査, 日本看護研究学会 42 回学術集会, 2016.
- 2) Teruko Ishibashi, Hiromi Matsutani, Yoshinori Kinjo, Shino Beika, Hiroji Hara: Development of the patient participation in planning style of diabetes education of mental illness patients that combines the diabetes, The 4TH China Japan Korea Nursing Conference, 2016.
- 3) 石橋照子, 松谷ひろみ: 患者参画型糖尿病教室に参加する精神疾患患者をエンパワメントするコミュニケーションのコツ, 日本看護研究学会第 43 回学術集会, 2017.
- 4) 上田明美, 石橋照子, 吉川洋子: 精神疾患を有する母親の育児体験の意味, 日本看護研究学会第 44 回学術集会, **2018.**
- 5) **Masumi Omori, Teruko Ishibashi, Akiko Tamashiro, Shin-ichi Yoshioka: Emotional Intelligence of Nurses Caring for Children in Pediatric and Adolescent Psychiatric Wards, IARMM 7th World Congress of Clinical Safety, 2018.**
- 6) 錦織典子, 石橋照子, 大森眞澄: 精神障がい者の地域生活を支える施設訪問を通しての学び, 日本看護研究学会第 44 回学術集会, **2018.**
- 7) 森山香澄, 石橋照子, 大森眞澄: 一般就労を目指すくも膜下出血後精神病性障害者のリハビリープロセス, 日本看護研究学会第 44 回学術集会, **2018.**