

自己評価報告書

平成 23 年 5 月 17 日現在

機関番号：82610

研究種目：基盤研究 B

研究期間：2008 年度～2012 年度

課題番号：20390558

研究課題名（和文）がんサバイバーの身体活力回復プログラムの構築と評価研究

研究課題名（英文） Development of a program aiming to recover fitness of cancer survivors

研究代表者

外崎 明子 (TONOSAKI AKIKO)

国立国際医療研究センター・成人看護学・教授

研究者番号：20317621

研究分野：がん看護額

科研費の分科・細目：臨床看護学

キーワード：がん、リハビリテーション、身体活力、運動療法、筋力、健康観、QOL

1. 研究計画の概要

(1) がん治療中、治療後の人々（以下、がんサバイバー）は侵襲的な治療（手術、化学療法など）による影響で治療後に体力の低下による脆弱感、倦怠感をもち、これにより抑うつ気分を持ちやすく、集中力、注意力などの認知的機能も低下しやすく、これらががんサバイバーの QOL の低下をまねく要因となっている。

本研究では化学療法を受けるがんサバイバーに対して積極的な身体活動量を促す支援実施群と非支援群の 2 群比較により、支援の効果の評価指標は日常的な身体活動量、下肢筋力などの身体機能、倦怠感、抑うつ、不安などの心理的機能、集中力などの認知的機能、全体的健康観とする。これらの指標について介入前、介入後数ヶ月間の変化を評価する。

(2) (1) の 2 群間比較試験を実施するにあたり、対象者の療養生活や日常生活活動量を継続的にモニタリングし、適切なアドバイスを提供するシステムを構築する。

2. 研究の進捗状況

1) 欧米で普及中のがん患者やサバイバーに対する運動プログラムの評価研究について、Medline (PubMed) を用いて、【cancer】AND 【exercise】AND 【physical】AND 【rehabilitation】の以上 4 つのキーワードによる検索式で文献検索を行い、さらにこれらの文献の参考文献や後続発表文献も追加し、以上の過程より 30 文献を抽出し、運動の目的、運動内容（実施場所、運動強度、時間、頻度、実施継続期間）、対象選択基準、効果評価指標とその結果、アドヒアランスの

維持の方略について文献検討を行った。この結果、がんサバイバー等に対する運動プログラムの直接的な因果関係による有害事象の報告はなかった。運動は自然回復力を高める身体調整能力を引き出し、運動することで自己の身体状況に鋭敏になりセルフ・モニタリング機能が強化され、さらにセルフケア能力の向上に寄与すると考えられた。これらの文献検索結果は総説として日本がん看護学会誌に掲載した。

(2) (1) の文献検索結果、米国 Houston M.D.Anderson がんセンター、英国 Manchester 大学および英国 Christie がん専門病院を視察し、がんサバイバーに対する運動プログラムの運営方法の視察と開発者およびプログラム担当者との討議を行った。これらの視察結果を参考に、乳がんで手術療法と化学療法を受けた患者を対象とした運動プログラムを作成し、エアロビクスおよびストレッチングの方法と留意事項を紹介した DVD を作成した。

(3) 本研究のパイロット・スタディとして、乳がん術後化学療法を受けている対象者に、化学療法の実施クールの間、約 1 ヶ月間の短期間の日常生活活動量、倦怠感の程度、全体的健康観の関連性、さらに化学療法の種類、対象者の健康維持に対する自己統制感の程度などの背景因子との関連性も含めた関連検証研究を実施する。この研究については研究者所属施設の倫理審査委員会では承認済みであり、研究実施機関での審議中である。

3. 現在までの達成度

③やや遅れている。

(理由)

研究代表者および連携研究者ともに、2009年度および2010年度に所属施設を異動した。このため研究計画推進に充当できる時間を減らざるをえなかったこと、また研究代表者の所属施設への倫理審査委員会へ審査依頼について、手続き方法の確認等の時間を要したため。

4. 今後の研究の推進方策

(1)パイロット・スタディの実施状況より、評価指標の適合度(信頼性、妥当性、脱落率、回収率)を検討し、介入研究のプロトコルを精錬する。これに基づいた研究計画書を倫理審査委員会に提出後、データ収集を開始する。

(2)プロトコルの作成、解析方法について、国立国際医療研究センター国際臨床研究センター(臨床研究支援ユニット)と協働しながら研究デザインを組み立て、エビデンス・レベルの高い研究成果が得られるように推進していく。

(3)現在、研究実施施設内での研究協力者、研究代表者の所属施設内での研究協力者を募り、研究体制の強化をはかるための組織基盤を整えており、研究推進にあたるマンパワーが充足可能な体制になっている。

5. 代表的な研究成果

[雑誌論文](計2件)

1) Akiko Tonosaki, Impact of walking ability and physical condition on fatigue and anxiety in hematopoietic stem cell transplantation recipients immediately before hospital discharge, European Journal of Oncology Nursing, 査読有, 2011年

<http://dx.doi.org/10.1016/j.ejon.2011.01.012>

2) 外崎明子, 佐藤正美, 今泉郷子, 小泉佳右, 高橋恵子, がんサバイバーの健康生成のための運動プログラムの開発 文献レビュー, 日本がん看護学会誌, 23(1), 3-20, 査読有, 2009年.

[学会発表](計2件)

1) 外崎明子, 造血細胞移植後の身体活動とその人らしさの回復, 第5回静岡造血細胞移植研究会特別講演, 2010年5月22日, ホテルセンチュリー静岡

2) 外崎明子, 移植後の健康生成をめざす運動プログラム, 第31回日本造血細胞移植学会ランチョンセミナー, 2009年2月6日, 札幌市教育文化会館大ホール

[図書](計1件)

1) 小澤桂子, 足利幸乃, 外崎明子, 他 34名,

学習研究社, ステップアップがん化学療法看護 化学療法中のエクササイズ, 2008年, p132

[産業財産権]

○出願状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年月日:

国内外の別:

○取得状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年月日:

国内外の別:

[その他]

1) 外崎明子, 「がんの治療後でも生き生きとしなやかに」, 清瀬市健康大学講演会, 2010年10月23日, 清瀬市国立看護大学校

2) ホームページ

<http://www.kango-net.jp/survivor/index.html>