様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ６ 月 １０ 日現在

機関番号：１７５０１
研究種目：研究活動スタート支援
研究期間：2013～2014
課題番号：２５８９３１９０

研究課題名（和文）便秘薬を使用する成人女性の健康行動の実態と影響要因に関する研究

研究課題名（英文）A study on the actual situation and factors affecting the health behavior of adult women who use laxatives

研究代表者
吉良　いずみ（Kira, Izumi）

大分大学・医学部・講師

研究者番号：７０５０８８６１

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,100,000円

研究成果の概要（和文）：便秘症状を有し便秘薬を使用する成人女性の保健行動の実態と、便秘薬の使用状況、便秘症状及び保健行動との関連について質問紙調査を行った。
　対象者は、便秘薬の使用より便秘症状は改善していたが、便秘薬の使用なしには排便状態を調整できない状況にあった。便秘薬を使用し始めた時の生活状況は、運動、ストレス、食事行動など便秘症状と関連する生活習慣が影響していた。便秘薬の使用を開始した理由は排便状態の悪化やそれに伴う身体症状の自覚があった。便秘薬を比較的多く使用する人は、「自らの健康志向性が高い」という内的指向性があり、便秘症状の要因に対する本人の認知を充分に把握しながら支援する必要があることが示唆された。

研究成果の概要（英文）：Among adult women with constipation symptoms who use laxatives, a questionnaire survey was conducted to determine the actual situation of health behavior and the associations found among the utilization of laxatives, constipation symptoms, and health behavior.
The constipation symptoms of women improved with the use of laxatives; however, they could not control bowel movement without their use. At the time of starting laxatives, the subjects' living condition was influenced by lifestyle factors such as exercise, stress, and dietary patterns. Reasons for taking laxatives included exacerbation of bowel movement patterns and the accompanying subjective mental and physical symptoms. It was suggested that people who use laxatives relatively frequently tend to be directed inward, as "their health awareness is high"; it is necessary to support them while understanding their recognition of the factors of their own constipation symptoms thoroughly.

研究分野：看護学

キーワード：便秘薬　保健行動　便秘症状　看護

１．研究開始当初の背景

（1）便秘症状を有する対象にとって、便秘薬は第一義的な対処方法として選択される現状がある。しかし，便秘薬は便秘そのものを改善できないことに加えて，高マグネシウム血症や下痢，習慣性による粘膜の炎症および損傷といった副作用があることから、より安全な方法に代替されることが望ましい.

（2）研究者は，看護技術による排便ケアは，薬剤に代替できるのかについて，看護技術である温罨法を用いて検討した結果，便秘薬を使用する対象者にとって，自覚的な便秘症状の改善および排便日数や回数の改善のみでは，便秘薬使用量の減少には繋がらず，便秘薬を使用するという行動には便秘症状の程度以外の要因が影響するという結論を得た.

（3）以上のことから、看護において、便秘症状を有する対象が、できるだけ便秘薬に頼らず自然な形で排便が行えるようにするためには、「便秘薬を使用する」という健康行動の要因を明らかにするとともに、「便秘薬を使用する」という健康行動の実態と自覚症状との関連を明らかにする必要があると考えた。

２．研究の目的

自覚的な便秘症状に悩み便秘薬を使用する成人女性の「便秘薬を使用する」という健康行動の実態と、「便秘薬を使用する」という健康行動の要因と自覚的な便秘症状との関連について明らかにする。

３．研究の方法

〇予備研究 1：便秘薬を選択する健康行動に関する質問紙の作成

対象：日本語版便秘評価尺度（Constipation Assessment Scale）（深井ら，1995a; 深井ら，1995b; 深井ら，1996；深井，2007）（以下 CAS とする）5 点以上で「便秘症状の自覚がある」と判断され, 便秘薬を使用している 18-50 歳の成人女性 3～5 名

方法：対象には、①便秘症状への対処方法として便秘薬を選択するまでの過程, ②便秘薬を選択したきっかけ, についての半構成面接によるインタビュー調査を行った。

インタビューと便秘薬を使用する健康行動に関する文献検討の結果をもとに,「便秘薬を使用する」という健康行動に関する質問紙を作成した。大分大学医学部倫理委員会の承認を得た上で実施した（承認番号 673，平成 25 年 9 月 19 日）。

〇予備研究 2：「便秘薬を使用する」という健康行動に関する質問紙の妥当性の検討

対象：便秘症状を有し便秘薬を内服する成人女性 2 名、便秘症状を有する対象者の診療や援助を行う臨床家および健康行動の専門家各 1 名

方法：予備研究①で作成した質問紙の内容や回答形式について、便秘症状を有する対象者及び臨床、専門家に内容の妥当性やわかりやすさ、回答の容易さについて意見をもらい、得られたデータを基に，便秘症状を有する成人女性が，対処方法として便秘薬を選択するまでの過程と健康行動についてその関連を調査するための質問紙の妥当性を検討し、完成させた。大分大学医学部倫理委員会の承認を得た上で実施した（承認番号 725，平成 26 年 3 月 24 日）。

〇本研究：質問紙の実施および便秘薬の内服を選択する健康行動の実態と要因の検討

予備研究 1・2 から作成した質問紙により,「便秘薬を使用する」健康行動の実態と要因を検討した。

対象：便秘の自覚症状があり便秘薬を使用している 18～50 歳の成人女性 100 名

方法：日本国内の医療機関および，学校や一般企業などを対象とし、便秘の自覚症状があり便秘薬を使用している成人女性 100 名を募集した。対象には、研究目的と内容や方法，倫理的配慮について説明し、質問紙の返送を持って調査参加への同意があるとみなした。大分大学医学部倫

理委員会の承認を得て実施した（承認番号 725，平成 26 年 9 月 25 日）。

４．研究成果

〇予備研究１

対象者の平均便秘期間は 9.8 年で，便秘薬を使用している平均期間は 4.7 年であった。使用頻度は月に 2 回程度から 2 回/日で，5 名中 3 名は副作用の自覚がありながらも内服を継続していた。

便秘症状を有する成人女性が便秘薬を選択するまでの過程では，≪生活構造の変化≫という外的要因と≪自身の健康パターンの認識≫や≪成長発達に関連した身体変化≫という内的要因によって≪排便習慣の変化≫が起こっており，成人女性の成長発達の背景が，排便状態への影響として表れていると考えられた。また，便秘薬を選択したきっかけから，便秘薬の使用に対する肯定的な認識と，実際に便秘薬を入手できるという物理的な環境が、「便秘薬を使用する」という健康行動に影響していると考えられた。

〇予備研究２

便秘症状を有する対象者からは、排便の状態について回数や性状についての項目も必要であるとの意見を頂いた。また便秘症状を有する対象者への診療や看護援助を行う臨床家や、健康行動に関する専門家から、以下の意見が得られた。

（１）質問項目と回答様式：Yes,No で答えられる部分と、多肢選択式の部分を整理する必要がある。

（２）対象の選定：器質的疾患がない、症状緩和のための便秘薬を使用している人とする必要がある。

（３）質問内容

①全体的に保健行動に関する質問が少なく保健行動に関する既存の質問紙を使用する等検討の余地がある。

②ストレスに関する社会環境の中身

（４）全体を通して

①便秘薬を使用することが「悪い」というメッセージが伝わらないように配慮する。

②用語および、問の順序性を統一する。

③排便状態については、対象にとってよりわかりやすい言葉を使用する必要がある。

これらの結果を基に，便秘症状を有する成人女性の便秘薬の選択過程と保健行動に関する質問紙を以下の４つの構成とし、再構成した質問紙を完成させた。

①対象の背景：年齢，生活習慣，排便状況と便秘薬使用状況，CAS、副作用症状に関する認知・経験

②便秘薬を内服するまでの生活状況と排便状態

③現在，便秘薬を内服する理由と排便状態

④保健行動（日本語版 Health Locus Control 尺度）（堀下，1991）（以下 JHLC）

〇本研究

本研究では、予備研究１，２で作成した、便秘症状を有する成人女性の便秘薬の選択過程と保健行動に関する質問紙により、「便秘薬を使用する」健康行動の実態と要因について検討した。

（１）対象のリクルート状況

研究参加への同意を得られた学校（大学及び看護専攻科を有する高校）に所属する学生及び教職員やその家族、医療機関については外来受診者及び、施設に所属する職員とその家族を対象とした。また、地域で生活する成人女性に対して、便宜的サンプリングによって個別に依頼を行った。

その結果、170 名に質問紙を配布し 106 名の対象者から質問紙を回収した（回収率 62.4%）。解答の不備や便秘薬が未使用のものを除外した結果、83 部を分析対象とした（有効回答率 78.3%）。

（２）対象者の健康行動の実態

①年齢：年齢の平均は 35.06（±8.60）歳、最大 50 歳、最低 18 歳であった。

②職業：会社員が最も多く、次いで専業主婦、学生であった。

③生活習慣：食事回数は 90%以上が１日３回摂取していた。水分摂取は 500-1000ml が最も多く

（57.8%）、1000-1500ml（26.5%）、500ml 以下 6 名（7.2%）、1500ml 以上が 7 名（8.4%）であった。アルコールは、「摂取する」27 名（32.5%）、「摂取しない」56 名（67.5%）であった。喫煙は「している」6 名（7.2%）、「していない」77 名（92.8%）であった。運動習慣は、1 週間に 30 分以下が 50 名（60.2%）で、次いで 30 分－1 時間が 19 名（22.9%）、1－4 時間 11 名（13.3%）であった。

④月経周期： 25-30 日が 54 名で、その他 30-40 日が 11 名、40 日以上が 2 名であった。

⑤排便回数：2-3 日に 2 回以上が 47 名（56.6%）で、次いで 1 日に 1 回以上 17 名（20.5%）、4 日に 1 回以上 16 名（19.3%）であった。

⑥便秘薬の使用頻度

6 日に 1 回以上が 61 名（73.5%）、4 日に 1 回以上 22 名（26.5%）であった。

（３）自覚的な便秘症状

CAS8 項目の合計得点の平均は 5.86（±2.14）で、自覚的な便秘症状があると判断される 5 点以上は 61 名、4 点以下は 22 名であった。

（４）便秘薬を内服するまでの生活状況と排便状態

①便秘薬を内服し始めたときの生活状況

「運動不足」（70 名 84.3%）、「ストレスを感じる出来事があった」（39 名　47.0%）、食事中の栄養が偏っていた（33 名　39.8%）があった。

②便秘薬を内服し始めたときの排便状況

「便の性状が硬くなっていた」（71 名　85.5%）で、排便回数がいつもより減っていた（68 名、81.9%）、「排便量がいつもより減っていた」（59 名　71.1%）などがあった。

③便秘薬の内服を選択する際、参考にしたもの

「医療者に勧められた」（42 名）、「家族や友人など身近な人が使用していた」（18 名）、その他、親や友人など、身近な人に勧められていた。

（５）便秘薬の内服に対する説明の有無

便秘薬に関する説明を聞いたことがあるのは 44 名で、副作用症状についてもほぼ半数が聞いたことがあった。副作用症状の経験は 15 名（18.1%）で、約 5 人に 1 人が経験したことがあった。

（６）現在便秘薬を内服する理由と排便状態

①現在便秘薬を選択している理由

「便秘薬を使用しないと便秘症状が改善しないため」が最も多く「とても当てはまる」「当てはまる」を合わせると 67 名（80.7%）であった。他に

「便秘薬の使用を中断すると排便状態が悪化するため」が 50 名（60.2%）であった。

②自分の排便状態に対する認識

「月経周期によって排便状態が異なっていると思う」が、「とてもあてはまる」「あてはまる」を合わせると 59 名（71.1%）で、次いで「ストレスなどの精神的な影響を受けやすいと思う」44 名（53.0%）であった。

（７）便秘薬の内服方法と副作用について

①便秘薬の内服状況について

「排便状況により便秘薬の内容や内服量を変更している」は「とてもあてはまる」「あてはまる」を合わせると 64 名（77.1%）で、「指示量通りに内服するようにしている」54 名（65.1%）であった。副作用症状については、「便秘薬を使用し続けることで便秘薬に身体が慣れてしまうのではないかと不安に思う」が 53 名（63.9%）であった。

②現在の副作用症状の有無

現在便秘薬による副作用症状があるのは、7 名（8.4%）で、副作用症状があっても排便している理由は「排便する手段がない」、「内服しなければ排便がない」、「排便されないとイライラする」、「使用しないと出づらく硬くなり切れ痔になる」、「2 日以上排便がないとお腹が苦しく食べられなくなる」など、便秘薬を内服しないことで排便が

ない場合の、精神面、日常生活面への影響が理由になっていた。

（8）JHLC

平均 86.67（±17.35）であった。下位尺度ごとの得点では、IHLC23.0（±4.40）、PHLC18.0（±4.12）、FHLC　20.0（±5.29）、CHLC15.0（±4.95）、SHLC　14.0（±4.89）であった。

（9）便秘薬の使用頻度による比較

便秘薬の使用頻度が「3 日に 1 回以上」または「4 日に１回以下」の２群に分け、便秘薬の使用頻度による比較を行った。

①便秘薬の内服頻度と CAS 得点に有意な差は認められなかった（p=0.892）。

②便秘薬の内服頻度と JHLC の下位尺度である、CJHLC の得点では 3 日に 1 回以上便秘薬を内服する群で、有意に得点が低かった(p=0.022)。

JHLC の合計得点(p=0.467)、CJHLC(p=0.749)、IJHLC(p=0.355)、FJHLC(p=0.703)、PJHLC(p=0.129)では有意な差はなかった。

③便秘薬の内服頻度と「副作用症状について聞いたことがあるか」「副作用症状の経験があるか」「現在副作用症状があるか」「排便頻度」においては、いずれも有意差は無かった。

（10）結論

①便秘薬の使用により、約 8 割近い対象者の排便回数や自覚的な便秘症状が改善していた。

②便秘薬を使用する理由は、「便秘薬を使用しないと便秘症状が改善しないため」が最も多く、便秘薬の使用なしには、排便状態を正常にコントロールできない状況にあった。

③便秘薬を使用し始めた時の生活状況は、便秘症状と関連する生活習慣が影響していた。

④便秘薬の使用を開始する理由は、「排便状態の悪化やそれに伴う身体症状の自覚」が多く、この時期は、便秘薬を使用するという保健行動を健康的に進めたり、自己管理を良好に保つための動機づけの開始に効果的な時期であると考えられた。

⑤便秘薬の使用頻度による比較の結果、便秘薬の使用頻度と、「自覚的な便秘症状の程度」、「副作用症状に対する認知や経験」、「排便頻度」に差はなかった。一方、CJHLC は「3 日に 1 回以上便秘薬を内服する群」で有意に得点が低く、便秘薬を比較的多く使用する傾向のある人は、「自らの健康志向性が高い」という内的指向性があった。

⑥便秘症状の原因として、「自らの健康志向性が高い」という内的指向性がある対象に対しては、便秘症状の要因に対する本人の認知を充分に把握しながら、看護が支援する必要があることが示唆された。

＜引用文献＞

堀毛裕子, 日本語版 Health Locus of Control 尺度の作成，健康心理学研究，4（1），1-7，1991a.

深井喜代子，杉田明子，田中美穂（1995a）．日本語版便秘評価尺度の検討. 看護研究, 28（3）, 25-32.

深井喜代子，塚原貴子，人見裕江（1995b）．日本語版便秘評価尺度を用いた高齢者の便秘評価．看護研究，28（3），33-40.

深井喜代子，阪本みどり，田中美穂（1996）．水又は運動負荷と温罨法の健康女性の腸音に及ぼす影響. 川崎医療福祉学会誌，6（1），99-106.

深井喜代子（2007）．8 章　便秘のケア. 菱沼典子他編. 看護実践の根拠を問う　改定第 2 版. 103-119. 南江堂.

５．主な発表論文等

【雑誌論文】【図書】【産業財産権】【その他】：なし

【学会発表】

①吉良いずみ、便秘症状を有する成人女性の便秘薬を使用するという健康行動に関する研究～便秘薬を選択するまでの過程と選択のきっかけ～，日本看護技術学会第 13 回学術集会，2014 年 11 月 22 日，京都テルサ（京都府南区東球場下殿田町）.

６．研究組織

（１）研究代表者

吉良　いずみ（Kira, Izumi）

大分大学・医学部・講師

研究者番号：70508861