

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 24 年 5 月 30 日現在

機関番号：34533

研究種目：若手研究（B）

研究期間：2009～2011

課題番号：21792245

研究課題名（和文） 慢性閉塞性肺疾患患者の増悪予防のための自己管理を促す
心理教育的介入プログラム開発研究課題名（英文） DEVELOPMENT OF A PSYCHO-EDUCATIONAL INTERVENTION PROGRAM
SUPPORTING THE SELF-MANAGEMENT OF PATIENTS WITH CHRONIC
OBSTRUCTIVE PULMONALY DISEASE

研究代表者

松本 麻里 (MARI MATSUMOTO)

兵庫医療大学・看護学部・講師

研究者番号：30295109

研究成果の概要（和文）：【目的】慢性閉塞性肺疾患（chronic obstructive pulmonary disease,以下 COPD）の増悪により入院した患者の再増悪による入院を予防するための心理教育的介入プログラムを開発し、内容を評価した。【方法】プログラムは、COPD の再増悪の予防と対処、身体症状やストレスの対処法に関する教育的支援、参加者の予防・対処行動の強化や疾患に伴う喪失感・苦悩の軽減に関する心理的支援を含む内容とした。データ収集は、各セッション終了時にプログラムの妥当性と有用性に関する質問紙調査を実施した。【結果】プログラム参加者 2 名は、内容について、わかりやすく、知りたい情報が得られた、今後の生活を考える上で役に立った、プログラムに満足したと回答した。【考察】参加者は本プログラムに対し肯定的反応を示し、プログラムの内容や方法の妥当性と有用性が示唆された。

研究成果の概要（英文）：The objectives of the present study was to develop and evaluate the validity of a psycho-educational, intervention program supporting self-management aimed at preventing readmission in patients who have been hospitalized with an acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease (AECOPD). The program provides (1) the knowledge about prevention against readmission due to AECOPD, managing symptoms and stress, and (2) consultation with nurses aiming at reinforcement of self-management strategy, relieving distress caused by COPD. Two patients who have been hospitalized with an AECOPD participate in this program. Participants completed questionnaires regarding their comprehension and satisfaction with the program, and usefulness, validity of the program after each sessions. Participants reported that were able to understand each session and get information about prevention against an AECOPD, and management of symptoms and stress. They also reported their satisfaction in discussion about lecture and their experience with nurse, that were useful in considering self-management strategy after discharge, relieving stress, and problem solving. This program is likely to encourage to self-management behavior aimed at preventing readmission in patients who have been hospitalized with an AECOPD.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2009 年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2010 年度	900,000	270,000	1,170,000
2011 年度	1,300,000	390,000	1,690,000
総計	3,300,000	990,000	4,290,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・臨床看護学

キーワード：慢性閉塞性肺疾患、増悪予防、自己管理、心理教育的介入

1. 研究開始当初の背景

慢性閉塞性肺疾患（chronic obstructive pulmonary disease,以下 COPD）は、有毒な粒子やガスの吸入によって生じた肺の炎症反応に基づく進行性の気流制限を呈する疾患で、肺内病変の進行にともなって、労作性呼吸困難、気道の過剰分泌、多様な全身症状を生じる。2005年の厚生労働省の患者調査によると、日本国内の患者数は22万3千人となっているが、2000年に18都道府県35施設において行われたNICE study（Nippon COPD Epidemiology Study）では、日本人の40歳以上のCOPD有病率は8.6%、患者数は530万人と推定され、潜在的な患者の存在も指摘されている。また、2006年のCOPDによる死亡者数は14,357人で、年々増加傾向にあり、いまだ高い喫煙率と人口の高齢化を背景に、今後さらに患者数が増加することが懸念されている。COPDは、世界的に見ても死亡原因の第4位であり、WHOの発表では2020年までに死亡原因の第3位になるものと推測されている。

COPDの経過の中では、しばしば呼吸器感染などが原因となり、呼吸困難・咳・喀痰などの症状が日常の生理的変動を超えて急激に悪化し、安定期の治療内容の変更を要する、いわゆるCOPDの増悪をきたすという特徴がある。

COPDの増悪は、呼吸困難の悪化、日常生活活動（activity of daily living; 以下,ADL）の低下を引き起こし、増悪にともなう体験は、患者の心理的側面にも影響を与え、抑うつ、いらだち/不機嫌、不安、孤独、怒り、罪悪感などネガティブな感情を生じさせるほか、社会活動にも悪影響を与え、患者の生活の質（quality of life; 以下, QOL）の低下、長期的には生命予後の悪化を招くことが指摘さ

れている。

COPDの増悪の頻度は、病期が進行しているほど高く、病期別に見ると、Ⅱ期（中等度の気流閉塞）では平均2.68回/年、Ⅲ期（高度の気流閉塞）では3.43回/年と報告されている。そして、COPDの増悪の頻度が高いほど生命予後は悪く、死亡率は入院を要する重篤な増悪の頻度と関連している。COPDの増悪後の再入院のハイリスクファクターとして、過去1年間における3回以上の増悪による入院、入院時の肺の酸素化能低下、および1秒率の低下の3要素が影響することが報告されている。

これらのことよりCOPDとともに生きる患者が疾患の重症化を避け、日常生活における自立やQOLを維持するには、増悪予防の自己管理行動に取り組むとともに、症状モニタリングにより増悪症状を早期にとらえ対処することが重要となる。特に、増悪により入院した患者については、再発のリスクが高いため、増悪の影響の重大性と再増悪を起こしやすいことを念頭に置いて、退院後の自己管理行動を促す介入の必要性が極めて高い。

しかしながら、在院日数の短縮化や増え続ける重症患者に対するベッドサイドケアにより、COPDの増悪をきたした患者に対する心理教育的援助は十分に行き届いていないのが現状であり、そのような援助に関する報告はみられない。

そこで、COPDの増悪をきたした患者に対し、増悪の原因、COPDと増悪との関係などについて理解できるような情報提供、禁煙指導と環境因子の改善、感染予防、増悪の徴候に気づくための身体所見の見方と評価の仕方、体調変化時の対処などの行動の促進、心理的苦痛に対するケアなどで構造化された、COPDの増悪予防のための自己管理を促す

心理教育的介入プログラムを開発し、評価する。

2. 研究の目的

本研究の目的は、COPD の増悪をきたした患者の再増悪による入院のリスクを軽減し、重症化や ADL の低下の回避、および QOL の維持・向上をはかるために、再増悪の予防と、早期発見・対処、および心理的苦痛の緩和などの自己管理を促すことを目標とした心理教育的プログラムを開発し、内容を評価することである。

3. 研究の方法

1) 心理教育的介入プログラムの開発

(1) 文献調査

COPD 患者の増悪の予防・対処を促すための効果的な介入プログラムの内容および方法を検討するために、海外の COPD 増悪の予防・対処を促すセルフマネジメントプログラムに関する文献調査を行った。方法は、PubMed、CINAHL を「Chronic Obstructive Pulmonary Disease」「Self-Management」「Disease Management」「Patient Education」「Behavior Therapy」「Intervention」で検索し、さらに COPD 増悪の予防・対処に焦点を当てた RCT の 13 文献を抽出・分析対象とし、プログラムの構成内容、アウトカム、効果を認めたプログラムの特徴について分析した。

プログラムの構成要素には「COPD マネジメントの情報提供とスキル指導」のほか「増悪に対するアクションプラン提供」「運動プログラム」「継続的なフォローアップとコミュニケーションの保証」のうちのいくつかの内容で構成されており、介入によるヘルスケアサービス利用の有意な減少や健康関連 QOL の有意な改善を認めたプログラムには、構成内容として「継続的なフォローアップとコミュニケーションの保証」が含まれていた。

これらの文献調査の結果から、COPD 患者の増悪に対するセルフマネジメントを促し、増悪による入院の減少や QOL の維持・向上をはかるには、情報提供・スキル指導だけでなく継続的なフォローアップとコミュニケーションが可能な体制をつくり、患者の行動を強化し、支持することが重要な要素となることが明らかになった。

(2) ヒアリング調査

COPD の増悪により入院した患者の実情に即した介入プログラムの構成要素および方法を検討するために、過去 1 年以内に COPD の急性増悪による入院歴がある患者 15 名を対象に、自己管理行動遂行上の困難に関するヒアリング調査を行った。

その結果、《呼吸困難やそれに伴う症状による活動耐性の低下》、《在宅酸素療法に伴う身体活動に対する負担感》、《体調の波や気候による制約》、《呼吸困難や食欲不振による栄養摂取困難》、《増悪症状の見極めにおける不確かさ》、《療養に関する情報や助言・保証の不足》、《身体の辛さと予防行動の遂行との間での心理的葛藤》、《病気の進行に対する自己の闘病力の不確かさ》、《病気の進行・増悪の繰り返しに対し予防行動に取り組むむなしさ》、《増悪に対する危機感の薄れ・過小評価による予防・対処行動の不徹底》が明らかとなった。

COPD の増悪により入院した患者は、呼吸困難やそれに伴う症状、在宅酸素療法、変わりやすい体調や気候によって取り組むべき自己管理行動が障害され、心理的葛藤を生じていると同時に、避けられない病気の進行や増悪の繰り返しに対し予防行動に取り組むことに遣り切れなさや自己の闘病力の不確かさを認知している一方で、増悪に対する危機感の薄れや過小評価のため予防・対処行動が徹底できていない側面もみられた。さらに、

療養に関する情報提供や助言・保証も十分に得られていない状況であった。

COPD の増悪により入院した患者が、退院後に体験する困難に適切に対処し、再増悪の予防と対処に取り組むための看護援助として、「再増悪の予防・対処に関する知識」、「急性増悪後の身体症状と日常生活行動のマネジメント」、「ストレスや不確かさへの対処」、「周囲のサポートの活用」などの教育的支援と、看護師とのコミュニケーションを通して「患者が行ってきた増悪の予防・対処行動の保証・強化」、「疾患にともなう喪失感・苦悩の軽減」をはかる支援を含むプログラム内容とするのが有効であると考えた。

(3) プログラムの目標・構成要素・方法の決定

文献調査とヒアリング調査の結果をふまえて、プログラムの目標、構成要素、および方法を設定した。

目標は、COPD の増悪により入院した患者が、退院後の再増悪の予防・対処、および身体症状や心理的苦痛のマネジメントについての知識を身につけ、退院後も心身ともに安定した状態で、再増悪の予防と症状モニタリングに取り組むことができるとした。

プログラムの構成要素には、教育的支援として、「COPD の再増悪の予防・対処」、「退院後の身体症状やストレスへの対処法」を含む。「COPD の再増悪の予防・対処」では、「急性増悪の予防と早期対処の必要性」、「急性増悪のリスクファクターとその予防・回避の方法」、「急性増悪の症状の見つけ方」、「急性増悪時の対処」などについて、「退院後の身体症状やストレスへの対処法」では、「急性増悪後の身体症状と日常生活行動のマネジメント」、「ストレスや不確かさへの対処」、「周囲のサポートの活用」などについての情報を、小冊子を用いて提供した。また、急性増悪後の身体症状と日常生活行動のマネジメント

では、息切れや低酸素血症などの個人の身体症状・徴候に即した教育的支援を行うために、酸素飽和度モニタによる脈拍数と酸素飽和度 (SpO₂) の 24 時間モニタリングの結果も教材として使用した。

また、各セッションでは、学習した内容や対象者の過去の経験について、対象者とともに振り返り、対象者の考えや思いの傾聴、これまで対象者が取り組んできたことを認めて肯定することなどを通して、「再増悪の予防・対処行動の保証・強化」、「疾患にともなう喪失感・苦悩の軽減」をはかるようにした。

介入の方法は、対象者それぞれの認知や身体状況に合わせた介入が必要となるため、個人対象のプログラムとした。また、介入の回数および時期については、構成要素のほか、対象者の心身の負担を考慮し、増悪期の症状が軽快し、退院の見通しがついた時期に 2 回 (各 45 分程度)、退院後、初回の定期外来受診時に 1 回 (30 分程度、評価を含めると 60 分)、約 1 か月間の介入期間が妥当と考えた。

2) 対象

対象は、COPD の増悪により入院中の患者で、増悪期の症状が軽快し、退院の見通しがついた、呼吸困難や抑うつなどの心身の苦痛が強くなく、45 分～1 時間程度のプログラムに耐えられ、すべてのプログラムに参加できる者とした。

3) プログラムの適用方法

対象の条件を満たした患者に、3 回のセッションで構成したプログラムを実施した。日時は、入院中は患者の診療や看護に支障のない日、退院後は患者が通院している日に合わせて設定し、場所は個人のプライバシーが守れる静かな落ち着いた部屋とした。

4) データ収集の内容と方法

プログラムの内容・方法の妥当性および有用性を検討するために、各セッションの難易

度・有用性・満足度と、プログラム全体の構成内容、実施時期、および実施回数と時間の妥当性、小冊子の有用性、プログラムの臨床適用の必要性などを評価する質問紙を作成し、それらを用いて各セッション終了時とプログラム終了時に無記名で記載してもらった。

5) 分析方法

各プログラムの内容・方法を評価する質問紙で得られた数量的データは、質問項目ごとに集計した。自由記載は、1つの意味内容となるよう一文ごとに抜き出し、内容の類似性をもとにカテゴリー化した。

6) 倫理的配慮

本研究は、所属大学および当該施設の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。対象者には研究の目的と方法、自由意志に基づく参加、個人情報やプライバシーの保護について文書を用いて口頭で説明し、同意を得た。

4. 研究成果

1) 対象の概要とプログラムの実施状況

プログラムへの参加者は、気道感染による増悪のため入院していた男性2名であった。年齢はそれぞれ60代と80代であった。プログラムの実施状況は、80代の男性には全プログラム実施したが、60代の男性については退院が延期となり、最終のセッションを実施できなかった。

2) 教育的支援の内容・方法に対する評価

「COPDの再増悪の予防・対処」、「退院後の身体症状やストレスの対処法」の内容について、いずれの対象者も「わかりやすかった」と回答し、知りたい情報が「得られた」と回答した。

また、対象者2名とも、教材として使用した小冊子を「適切である」と評価し、脈拍数と酸素飽和度 (SpO₂) の24時間モニタリン

グの結果を、今後の生活の仕方を考える上で「参考になった」と評価していた。

3) 看護師との学習内容や経験の振り返りに対する評価

看護師とともに学習した内容や過去の経験について振り返りを行ったことに対して、対象者2名とも、今後の生活を考えるのに「役立った」、気になることや困っていることの解決に「役立った」と評価していた。

4) プログラム全体の評価

全3回のプログラムに参加した対象者1名によると、プログラムの実施時期・回数・時間・参加人数は適切とした。また、本プログラムが「役立った」、参加して「満足」であり、COPDの患者にとって本プログラムは「あった方がよい」と回答し、自由記載では「急性増悪の恐ろしさを認識し、気をつけるようになった」、「知らなかったことを教えてもらい視野が広がった」、「看護師と話し合えて気分発散になった」という意見があった。

5) 考察

COPDの再増悪の予防・対処や退院後の身体症状やストレスの対処法の内容について肯定的反応を示されたことから、これらの情報提供は有用であったと考える。また、脈拍数と酸素飽和度 (SpO₂) の24時間モニタリング結果の提示、および看護師との学習内容や過去の経験の振り返りを併用することにより、個々の患者が抱える不安・悩みの軽減、今後の療養生活における問題への対処法の具体的な検討に役立ち、患者の自己管理行動を強化につながる可能性について示唆された。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[学会発表] (計2件)

① 松本麻里, 竹川幸恵, 急性増悪により入院し

た慢性閉塞性肺疾患患者の退院後の自己管理行動遂行上の困難, 第 5 回日本慢性看護学会、2011 年 6 月 26 日、岐阜県.

②松本麻里, 竹川幸恵, COPD 増悪の予防・対処を促すセルフマネジメントプログラムの文献レビュー, 第 4 回日本慢性看護学会誌 2010 年 6 月 6 日、北海道.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

松本 麻里 (MATSUMOTO MARI)

兵庫医療大学・看護学部・講師

研究者番号：30295109