

令和元年6月28日現在

機関番号：23304

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K11778

研究課題名(和文) 認知症家族介護者の介護技術としてタクティールケアを導入した支援プログラムの開発

研究課題名(英文) The Development of the Support Program for Caregivers of the Elderly with Dementia through Introduction of Tactile Care

研究代表者

小泉 由美 (Koizumi, Yumi)

公立小松大学・保健医療学部・教授

研究者番号：70550763

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,200,000円

研究成果の概要(和文)：認知症高齢者の介護家族が介護技術としてタクティールケアを習得し、在宅において実施できることを目的に「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の開発に取り組んだ。介護技術としてのタクティールケア実施の可能性を探り、介護家族が実施できる手法や指導方法を検討するために介入研究を行い、タクティールケアの手法を簡便化した介護家族向けのなでるケアを考案した。さらに、介護家族むけのなでるケアのリラクゼーション効果を準実験研究により明らかにし、聞き取り調査をもとに、介護家族がなでるケアを習得し在宅において継続して実施できるように、手法の指導方法から経過をふまえて段階的に支援を行うプログラムを作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

タクティールケアは、ケアを受ける側およびケアを提供する側、双方にリラクゼーション効果が検証されたケアであり、本研究により介護家族むけにタクティールケアの手法を簡便化したなでるケアであっても同様の効果を得られることが示唆された。今回作成した認知症高齢者の介護家族に沿う方法にカスタマイズした「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」を活用することで、なでるケアを受ける認知症高齢者だけでなく、ケアを提供する家族介護者自身のリラクゼーション効果が見込まれ、認知症高齢者との非言語的なコミュニケーションを通しての相互理解や認知症の攻撃性や不安の緩和等による相互作用が期待できる。

研究成果の概要(英文)：“The Support Program for Caregivers of the Elderly with Dementia” was developed so that families who care for the elderly with dementia can learn tactile care methods and practice them as caregiving skills at home. We investigated the possibilities of tactile care as caregiving skills, implemented intervention studies to examine possible instruction methods and practice skills of tactile care for in-house caregiving, and devised a caressing care model by simplifying tactile care methods. In addition, the relaxation effect of caressing was clarified through quasi-experimental studies, and a support program was developed based on family interviews. The program includes instruction methods and step-by-step support measures for families to care for patients according to their conditions.

研究分野：地域・老年看護学 / 高齢看護学 / 基礎看護学

キーワード：認知症高齢者介護家族支援プログラム 介護技術 タクティールケア 介護家族むけのなでるケア

## 1. 研究開始当初の背景

認知症の介護家族が求める家族支援のあり方研究事業報告書(2012)によると、67.3%の家族が認知症高齢者と同居しており、8割近くの家族が介護を始めてストレスや疲労が増したと回答している。介護家族は認知症の症状の進行をみていく辛さ、意思疎通困難や症状への適切な対応の仕方がわからない等から、症状への対処法として介護技術の習得に関する支援を求めていると報告している。申請者は、介護家族の要望に応える方法として、スウェーデンで開発された手掌で相手の背部や手足部をなでるようにゆっくり一定の法則で触れるタクティールケアを介護技術として導入することに着眼した。

その根拠は、タクティールケアは先行研究において、認知症の行動・心理症状である攻撃性や不安の緩和に有効であることが、Suzuki, M. et al. (2010)、南部ら(2013)、大嶋ら(2013)、菊本ら(2014)によって報告されている。また、申請者らによってタクティールケアを受ける側のリラクセーション効果が、タクティールケア実践記録からの分析(小泉ら2012)、健康女性を対象とした研究(酒井ら2012)、更年期女性を対象とした研究(河野、小泉ら2013)によって検証されている。タクティールケアはケアの質を維持するために一定の圧力や速度・手法を習得する必要はあるものの、解剖生理学的な知識や特別な道具や熟練した技術を必要としないことから介護家族が実践可能であると考えたからである。

以上のことから、認知症高齢者の家族介護者が介護技術としてタクティールケアを習得し、在宅において実施できるように「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の開発を開始した。まず、タクティールケア施術者を対象とした先行研究において、施術者自身が癒される、気持ちが穏やかになるなどの主観的な報告をふまえ、タクティールケアを提供する側のリラクセーション効果について客観的に検証を行った(小泉ら2017)。タクティールケアは、ケアを受ける側および提供する側双方にリラクセーション効果があることが明らかになり、認知症高齢者の介護家族の介護技術として取り入れることは、認知症高齢者および介護家族双方に有効な効果が期待でき、有用であることが示唆された。

そこで、本研究では介護家族が介護技術としてタクティールケアを習得し実施できるように認知症高齢者の介護家族に沿う方法にカスタマイズした「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の開発に取り組むこととした。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、認知症高齢者の介護家族が介護技術としてタクティールケアを習得し実施できるように認知症高齢者の介護家族に沿う方法にカスタマイズした「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」を開発することである。

「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の開発は、以下の目的にそって、段階的に研究を進めた。

- (1) 介護技術としてのタクティールケア実施の可能性を探り、認知症高齢者の介護家族が在宅において実施できる手法や指導方法を検討する。
- (2) 上記の研究結果から、家族介護者の要望を取り入れ、タクティールケアを基盤に手技を簡便化した介護家族むけの「なでるケア」を考案した。「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の完成にむけて、介護家族むけの「なでるケア」であっても、リラクセーション効果が得られることを明らかにする。

## 3. 研究の方法

- (1) 介護技術としてのタクティールケア実施の可能性および認知症高齢者の介護家族への指導内容・方法の検討

研究デザイン：介入研究

研究期間：2015年10月～2017年1月

研究協力者

A市の公民館活動を通じて、認知症高齢者とその家族介護者を対象にタクティールケアの体験の希望および研究協力を募り、承諾を得た7組の家族

介入方法

認知症高齢者および家族介護者に対して、タクティールケア認定者である研究者が、認知症高齢者、家族介護者の順に施術を行った。その際、家族介護者には、高齢者が施術を受けている時の様子を観察してほしいことを伝えた。実施場所は公民館あるいは協力者の自宅で、施術部位は背部と両手に実施した。研究者は施術中の認知症高齢者および家族介護者の観察を行い、さらに施術後の感想を聴取した。次に、家族介護者に研究者の指導のもとでタクティールケアを認知症高齢者に実施してもらい、その後、実施体験の感想、在宅で実践可能かどうか、実践する場合の状況や条件等についての意見を聴取した。

倫理的配慮

研究者の所属機関の倫理審査委員会の承認(承認番号185)を得て実施し、認知症高齢者と家族介護者に、研究目的、協力・中断の自由、介入方法、個人情報の守秘および厳重管

理、結果の公開方法などを口頭と書面で説明し、認知症高齢者と家族介護者双方に同意書の署名を得た。

(2) 認知症高齢者の介護家族むけに考案した「なでるケア」のリラクゼーション効果の検証  
研究デザイン：準実験研究

研究期間：2019年2月～2019年4月

研究対象者：健常者22名

実験方法

認知症高齢者の介護家族むけに開発した「なでるケア」の効果を、タッチケアをコントロールとしたクロスオーバー比較試験法を用いて比較した。対象者を受付順に2群に割り付け、A群は「なでるケア」後にタッチケアを、B群はタッチケア後に「なでるケア」を実施した。両ケアの間に1か月のウォッシュアウト期間を設けた。介入である「なでるケア」は対象の背部を約5cm/秒の一定の速度で柔らかくなでる施術であり、コントロールとしてのタッチケアは対象の肩甲骨全体を両手で包み込むように触れる施術とした。両ケアともに15分間、同一の研究者が行った。リラクゼーション効果の評価指標は、自律神経活動、心拍数、唾液オキシトシン量、唾液酸化還元電位、二次元気分尺度を用いた。自律神経活動および心拍数は実験の開始から終了までの期間を心電図によるモニタリングを行い測定した。また、両ケアの施術前後に唾液オキシトシン量、唾液酸化還元電位を測定し、二次元気分尺度の回答を依頼した。

分析方法

自律神経活動および心拍数は安静時と施術中の測定値の平均を代表値として比較し、唾液オキシトシン量、唾液酸化還元電位ならびに二次元気分尺度は施術前後の測定値を比較した。それぞれ、Wilcoxon符号付き順位検定を用い対応のある比較を行い、5%未満を有意水準とした。

倫理的配慮

所属機関の倫理審査委員会の承認(承認番号1802-2)を得て実施し、研究対象者に対し研究の主旨や実験方法、参加・途中辞退の自由、個人情報・実験データの守秘などを口頭と書面で説明し同意書に署名を得た。

#### 4. 研究成果

(1) 介護技術としてのタクティールケア実施の可能性および認知症高齢者の介護家族への指導内容・方法の検討

研究協力者は、認知症高齢者74～90歳、男性1名、女性6名、家族介護者は50～68歳、息子2名、娘3名、嫁2名であった。

タクティールケアを受けている認知症高齢者の反応としては、施術当初は腰を浮かせたり、施術者に気兼ねする言動がみられたが、施術中盤からは居眠りをしたり、施術している手をじっと見つめたり、施術者に話し続けたりと、反応はさまざまであったが最後まで施術を受けおり、施術後は「気持ちよかった」と答えていた。

高齢者の反応を観察していた家族介護者は、「普段は落ち着きがないのに最後まで施術を受けていたので驚いた」「穏やかな表情になった」等ととらえており、「在宅で実践してみる価値はある」と述べていた。さらに、家族介護者がタクティールケアの施術を受けた後は、「これまで体験したことがない心地よさだった」「受けたら穏やかになれるケアだと実感できたので、ぜひとも母にもやってあげたい」等と答えていた。また、家族介護者が研究者の指導のもとでタクティールケアを実施した際には、「なでる方にもリラクゼーション効果があることが実感できた」「掌全体で広くなでる方が受ける方もする方も心地よい」と述べており、在宅でタクティールケアを実践するにあたっては、「自分が受けてみて心地よかった背中の方を実施したい」「手よりも背中の方がやりやすい」とする意見が大半であった。またタクティールケアの手技に関して、「自分がこれから実施するにはもう少し簡単な方法が良い」「何種類もなでる方法があると途中で混乱するから2～3種類を繰り返したほうが長続きできると思う」「なでるスピードや力の加減は何度か練習したいし、定期的にみてもらいたい」等の意見が聴かれた。

家族介護者はタクティールケアを受けている認知症高齢者の反応や実際に自分が施術を受けた体験から効果が実感でき、タクティールケアを在宅で実施してみようとする意欲に繋がったと考えられた。しかし、在宅で家族介護者がタクティールケアを実施するには、手技が複雑であった。そこで、家族介護者の要望を取り入れてタクティールケアを基盤に手技を簡便化した介護家族むけの「なでるケア」を考案した。加えて、介護家族が「なでるケア」を習得し在宅において継続して実施できるように、介入研究の結果をもとに、まずは介護家族むけの「なでるケア」の体験から始め、手法の指導は介護家族の習得状況をふまえながら段階的に支援を行うプログラムを作成した。

(2) 認知症高齢者の介護家族むけの「なでるケア」のリラクゼーション効果の検証

研究対象者は18名、男性7名、女性11名、平均年齢44.6±13.6歳であった。

自律神経活動は、「なでるケア」およびタッチケアともに、施術中の交感神経活動指標（LF/HF）は有意に低下し、副交感神経活動指標（CCVHF）は有意に増加した。心拍数は「なでるケア」およびタッチケアともに施術中に有意に低下した。唾液オキシトシン量は、「なでるケア」において施術後に有意な増加を認め、唾液酸化還元電位においても「なでるケア」で唾液の酸化度が有意に低下した。二次元気分尺度では、「なでるケア」およびタッチケアともに、安定度が有意に増加し、活性度・覚醒度が有意に低下した。

「なでるケア」およびタッチケアの施術中は交感神経活動が低下し、副交感神経活動が活性化しており、リラックスした状態であったことが明らかとなった。また、二次元気分尺度においても、両ケアともにリラクゼーションの心理状態を示す安定度の増加を認めた。さらに、「なでるケア」では、施術後の唾液オキシトシン量の増加や唾液の酸化度の低下を認め、よりリラクゼーション効果が得られていることが確認できた。

## 5．主な発表論文等

### 〔雑誌論文〕(計1件)

小泉由美、河野由美子、松井優子、坂井恵子、タッチケア施術者のリラクゼーション効果の生理学的・生化学的・心理的検証、看護理工学会誌、査読有、Vol.4、No.1、2017、27-38

### 〔学会発表〕(計1件)

小泉由美、河野由美子、平松知子、橋本智江、認知症高齢者の家族介護者支援プログラムの開発『なでるケア』の在宅での実践可能性と支援方法の検討、第22回日本在宅ケア学会学術集会、2017

## 6．研究組織

### (1)研究分担者

研究分担者氏名：河野 由美子

ローマ字氏名：KOHNO Yumiko

所属研究機関名：金沢医科大学

部局名：看護学部看護学科

職名：講師

研究者番号(8桁)：90566861

研究分担者氏名：平松 知子

ローマ字氏名：HIRAMATSU Tomoko

所属研究機関名：金沢医科大学

部局名：看護学部看護学科

職名：教授

研究者番号(8桁)：70228815

研究分担者氏名：橋本 智江

ローマ字氏名：HASHIMOTO Tomoe

所属研究機関名：金沢医科大学

部局名：看護学部看護学科

職名：講師

研究者番号(8桁)：30515317