

令和 6 年 6 月 20 日現在

機関番号：23304

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2019～2023

課題番号：19K11251

研究課題名(和文) タクティールケアを基盤にした認知症高齢者の介護家族支援プログラムの評価

研究課題名(英文) The Evaluation of the Support Program Based on Tactile Care for Caregivers of the Elderly with Dementia

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) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：認知症高齢者の介護家族の介護負担軽減にむけてタクティールケアをもとに介護家族むけに考案したなでるケアを介護技術として導入した「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」を作成し評価を行った。認知症高齢者と家族介護者を対象にプログラムに沿ってなでるケアの体験から手技の指導、定期的な手技習得にむけての支援を6か月間継続した。結果、手技は定着し週1回程度実施された。認知症高齢者のおだやかスケールやZarit 介護負担感尺度は家族によって変化は異なったものの、認知症介護肯定感尺度における認知症介護肯定感は3組ともに上昇し、面接ではなでるケアを通して介護に対する肯定感や両者の思いやる心の交流が示された。

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認知症の緩和ケアとして有効であり、ケアを受ける側と提供する側にリラクゼーション効果が期待でき、タクティールケアをもとに家族介護者むけに考案したなでるケアであっても同様の効果が確認できた。なでるケアを介護技術として導入した「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」にそった介入により、家族介護者はなでるケアを習得でき、日常的に実施することにより介護に対する肯定感が高まり、認知症高齢者と家族介護者双方の思いやる心の交流が示された。本プログラムの活用により、認知症高齢者と家族介護者へのリラクゼーション効果や非言語的なコミュニケーションを通しての相互理解、介護負担の軽減等が期待できる。

研究成果の概要(英文)：“The Support Program for Caregivers of the Elderly with Dementia” was developed and evaluated to decrease caregivers’ burden. The program introduced NADERU (caressing) care, which was devised based on tactile care, as caregiving skills. The patients and their caregivers experienced and learnt the skills and were provided with regular support for six months according to the program. As a result, the caregivers mastered the skills and implemented them once a week. Although the results of assessment according to the ODAYAKA (well-being) Scale for the Elderly with Dementia and the Japanese version of Zarit Caregiver Burden Interview varied depending on the family, the caregivers’ positive feelings according to the 21-item version of the Dementia Caregiver Positive Feeling Scale improved for all of the three families. The interview demonstrated that NADERU care promoted caregivers’ positive feelings about care and thoughtful exchanges between the patients and caregivers.

研究分野：高齢看護学

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 家族介護者むけのなでるケア

1．研究開始当初の背景

本研究は、認知症高齢者の介護家族の介護負担軽減にむけて、スウェーデンにおいて開発され、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検証されているタクティールケア（Suzuki, M. et al. 2010、南部他 2013、大嶋他 2013、菊本他 2014）を介護技術として導入することを考えた。タクティールケアは、施術者の手掌で相手の背部や手足を柔らかく包み込むように皮膚をなでるようにゆっくり一定の法則で触れるケアである。ケアの質維持のために一定の圧力や速度で触れるようになるまで手技を習得する必要があるものの、解剖生理学的な知識や特別な道具、熟練した技術がなくても施術可能であることから家族介護者にも実施可能であると考えた。さらに申請者の研究によって、タクティールケアはケアを受ける側だけでなく、ケアを提供する側にもリラクゼーション効果を得られることが客観的に検証（小泉他 2017）されていることから施術者となる家族介護者のリラクゼーション効果も期待できる技術である。

申請者は、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、家族介護者が日常的に自宅で実施できる手技や指導方法等を検討するために認知症高齢者および家族介護者を対象として介入研究を行った。自宅で日常的に実施することに関しては、認知症高齢者と家族介護者が実際にタクティールケアを受けたことと家族介護者が指導のもとで施術を体験したことで実施への意欲が確認できた。また、タクティールケアを実施するには手技のパターンが多く複雑であり、日常的に実施するにはより簡単な方が良く、一定の圧力や速度でなでることができているか適宜確認してほしいなどの意見が聴取された。それらを踏まえて、家族介護者むけにタクティールケアの手技を簡便化したなでるケアを考案した。加えて、家族介護者がなでるケアを習得し、自宅において日常的に実施できるように、なでるケアの体験から始め、手技の指導は家族介護者の習得状況を確認しながら段階的に支援を行う「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」を開発した。また、家族介護者むけに考案したなでるケアの有効性を検証するための準実験研究を行い、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等からリラクゼーション効果が得られていることを確認した（小泉他 2019）。さらに、「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」にそったなでるケアの手技習得にむけた介入を検討する目的でプレテストを行った。マッサージやタッチケアの実践経験がない看護師および介護職員、看護大学生を対象にプログラムにそって、なでるケアの被施術体験、手技の指導および相モデルでの反復練習、習得状況の確認等を行った。なでるケアの習得には、なで方のパターンにおいて個々に得意・不得意が異なり、一定の速度や圧が維持できなくなる態勢やなでる方向にも個人差がみられた。手技習得のプログラムに、なでるパターンの得意・不得意を把握したうえで手技をカスタマイズしていくことを追加した。

2．研究の目的

本研究の目的は、認知症高齢者の介護家族の介護負担軽減にむけてタクティールケアをもとに家族介護者むけに考案したなでるケアを介護技術として導入した「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」の評価を行うことである。

3．研究の方法

(1) 研究デザイン：介入研究

(2) 研究期間：2023年6月～2024年4月

(3) 研究協力者：認知症の診断を受けている高齢者と家族介護者3組

認知症高齢者は全員女性、80歳代で、要支援1、要介護1、要介護3

家族介護者は同居しており、息子2名60歳代、娘1名60歳代

(4) 介入方法

「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」(表1)にそって介入を行う。

表1. なでるケアを介護技術として導入した認知症高齢者の介護家族支援プログラム

プログラム・期間	介入方法
なでるケアの体験	<p>認知症高齢者および家族介護者になでるケアの手技・効果等について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・衣服の上から実施する ・施術の目安...週1~2回/時間は5~10分前後 (高齢者の状況に合わせて調整する) <p>認知症高齢者になでるケアを施術し、家族介護者には施術を受けている高齢者の様子を観察してもらう。 家族介護者にもなでるケアを受けてもらう。 家族介護者になでるケアの基本手技について図解シートを使用して説明する(図1)。 今後のなでるケアの習得指導日程調整を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上記体験および説明後に、研究への協力が可能であるかを再度確認し、承諾を得たうえで日程調整を行う。 (中断も可能であること再度説明)
なでるケアの手技指導 自宅での なでるケア開始	<p>なでるケアの基本手技、なでる速度と圧のかけ具合を指導し、相モデルによる反復練習を行う。 手技の習得状況は、研究者が施術を受けて評価する。 家族介護者の習得現状、得意・不得意に応じて、3つのパターンの手技をカスタマイズし、手技手順表を作成する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族介護者が一定の速度と圧を保持しながらなでることが可能な手技 ・施術を受ける認知症高齢者が好む手技 <p>研究者による施術体験(認知症高齢者・家族介護者)</p>
なでるケアの習得状況の確認 (自宅でのなでるケア開始から2週間~1カ月)	<p>なでるケアの手技およびカスタマイズした手技の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・研究者が施術を受けて、なでる速度と圧のかけ具合を確認し、相モデルによる反復練習を行う。 ・カスタマイズした手技で継続可能か、変更が必要かの確認を行い、必要に応じ修正する。 <p>なでるケアの自宅での実施状況把握 研究者による施術体験(認知症高齢者・家族介護者)</p>
なでるケアの習得状況確認(自宅でのなでるケア開始から3カ月)	<p>なでるケアの手技およびカスタマイズした手技の確認 なでるケアの自宅での実施状況把握 研究者による施術体験(認知症高齢者・家族介護者)</p>
なでるケアの習得状況確認(自宅でのなでるケア開始から6カ月)	<p>なでるケアの手技およびカスタマイズした手技の確認 なでるケアの自宅での実施状況把握 研究者による施術体験(認知症高齢者・家族介護者)</p>

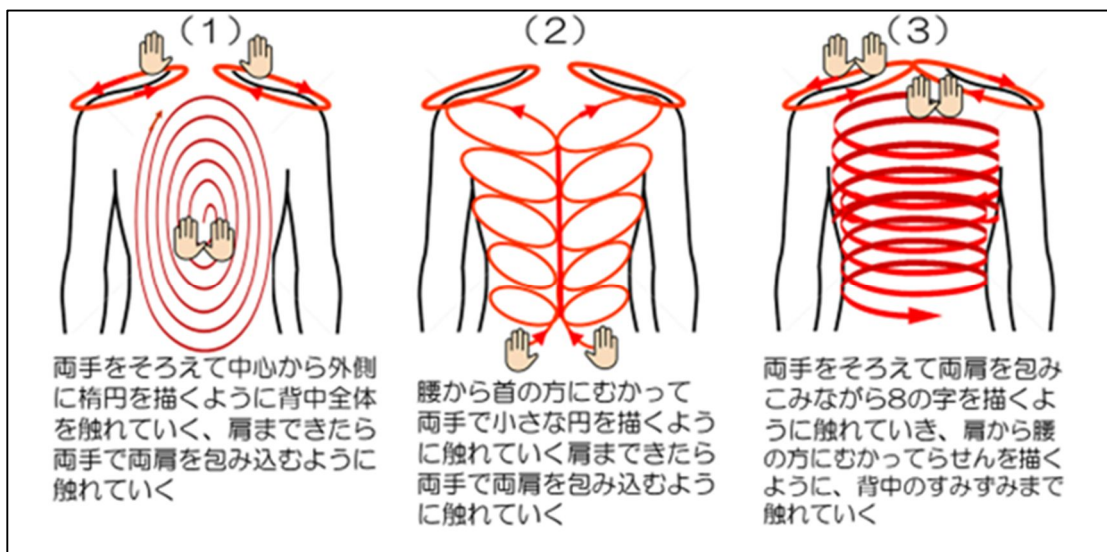


図1. なでるケアの基本手技

(5) 調査方法

家族介護者がなでるケアの施術時の効果

調査日：なでるケア開始時、なでるケア実施3カ月後および6カ月後の計3回

調査項目

- ・施術を受ける認知症高齢者のリラックス度
自律神経活動：交感神経活動および副交感神経活動（施術前・中・後）
- ・施術前後の気分状態：認知症高齢者および家族介護者
二次元気分尺度：TDMS-STで測定（施術前・後）

なでるケアを日常的に実施することの効果：家族介護者が回答

調査日：なでるケア開始時、なでるケア実施3カ月後および6カ月後の計3回

調査項目

- ・なでるケアの習得状況および実施状況（実施頻度、実施時間など）
- ・認知症高齢者のよい状態（Well-being）：改訂版おだやかスケール（18項目版 DEOS）
- ・家族介護者の介護負担度：Zarit 介護負担尺度日本語版 短縮版
- ・家族介護者の介護肯定感：認知症介護肯定感尺度 21 項目版（家族介護者用）
- ・なでるケアを日常的に実施している際の認知症高齢者の反応や介護者自身の思い

(6) 倫理的配慮

所属機関の倫理審査委員会の承認（番号 2212-2）を得て実施した。認知症高齢者と家族介護者に、研究目的、タクティールケアをもとに介護家族むけに考案したなでるケアを介護技術として導入した「認知症高齢者の介護家族支援プログラム」にそって介入する内容・方法、研究への協力・中断の自由、個人情報のお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も説明し、認知症高齢者と家族介護者双方に同意書の署名を得た。

4. 研究成果

(1) 家族介護者がなでるケアの施術時の効果

施術を受ける認知症高齢者のリラックス度を施術前から施術中、施術後と経時的に自律神経活動を交感神経活動は LF/HF、副交感神経活動は CCVHF を指標として測定した。3 事例ともに交感神経および副交感神経の活動の変化は乏しく、なでるケア開始時、なでるケア実施 3 カ月後および 6 カ月後の経過において、なでるケア施術による副交感神経活動の有意な活性化は確認できなかった。施術前後の気分状態は二次元気分尺度で測定した。施術前後の比較では、認知症高齢者の場合は 3 事例とも、なでるケア実施 3 カ月後および 6 カ月後の経過において、施術後にゆったりと落ち着いた状態を示す安定度および快適でポジティブな気分の状態を示す快適度が上昇していた。また、施術中に「ありがたい」や「きのどくな」など施術してくれる家族に感謝や気兼ねする思いを伝えたり、施術後に「ほっこりと気持ちいい」「やっぱりうれしいね」「ありがとう」などの思いを語ったりしていた。家族介護者の場合は、なでるケア開始時において女性介護者は安定度・快適度ともに上昇したが、男性介護者は 2 事例とも施術後に安定度・快適度の低下を認めた。3 カ月後および 6 カ月後の経過においては、3 事例ともに安定度・快適度ともに上昇していた。なでるケア開始時に安定度・快適度の低下を認めた 2 事例は「圧をかけすぎないように、速くならないように考えていたので余裕がなかった」「手技を間違えないようにすることばかりに集中していた」との述べており緊張した様子であったが、ケア実施 3 カ月後および 6 カ月後の経過においては「少し余裕が出てきた」「施術の途中で眠たくなった」と述べており施術にもゆとりがみられる

ようになった。女性介護者の場合は、なでるケア開始時から「母を癒す以上に何よりやさしく、心穏やかな気持ちに自分になれた」との感想を述べており、3カ月後および6カ月後の経過を通して、なでるケアによって自分も癒されていると述べていた。なでるケアの施術時の効果として、認知症高齢者の自律神経活動の変化は乏しくリラックス状態を確認することはできなかったが、二次元気分尺度で測定した気分状態からは施術後のリラックスした落ち着いた気分が確認できた。家族介護者では、男性介護者と女性介護者で、なでるケアの開始時の気分状態に違いが見られた。スキンシップは女性に好まれるものであり、女性の方が男性よりも敏感に反応するといわれており(山口 2003)、女性の方がなでることへの抵抗が少なかったと考えられる。ただ、本研究における経過を見ると、なでるケアを継続することで男性であってもふれることに慣れて、その差が解消されることが示唆された。

(2) なでるケアを日常的に実施することの効果

なでるケアの習得状況および実施状況(実施頻度、実施時間など)

なでるケアの習得状況は、なでるケア開始時点ではどの介護者も時間経過とともになでる速度が速くなる傾向が見られ、なでるパターンやなでる向きによって圧のかけ方に強弱の差やなでる速度が変わることから繰り返しの練習が必要であった。なでるパターンの得意・不得意を確認して、個人に応じた基本手技をカスタマイズしたことで一定の速度と圧でなでることができるようになった。実施3カ月後の確認時点では自分の得意なパターンだけを繰り返したり、ゆっくり童謡を歌いながらなでるスピードを調整したり工夫している様子が見え、個人差はみられたがほぼ習得できていた。実施頻度は、男性介護者はほぼ週1回、女性介護者は週4~5回実施され、施術時間は5~10分であった。

認知症高齢者のよい状態(Well-being)

おだやかスケールは、なでるケア開始時、なでるケア実施3カ月後および6カ月後の経過において生じた体調不良や家族のイベントに影響され、3事例で異なる変化を認めた。

家族介護者の介護負担度

Zarit 介護負担尺度は、なでるケア開始時、なでるケア実施3カ月後および6カ月後の経過において生じた体調不良や家族のイベントに影響され、3事例で異なる変化を認めた。

家族介護者の介護肯定感

認知症介護肯定感尺度では、3事例ともに、なでるケア開始時に比べてなでるケア実施3カ月後および6カ月後の経過にそって認知症介護肯定感(介護で得られた良かったことの実感)が上昇した。特に介護から見出す意味の実感(介護の意味づけ)、介護ができる自信(介護マスタリー)、介護で得られた喜び(介護に対する肯定的感情)の得点が上昇した。

なでるケアを日常的に実施している際の認知症高齢者の反応や介護者自身の思い

なでるケア開始時からなでるケア実施3カ月後および6カ月後に家族介護者に半構造化面接を行った。なでるケアを日常的に実施していることに対して、「自分にも自信をもってできるケアがある」「なでるケアで母が穏やかになるときがある」「自分の気持ちに少し余裕がでてきた」「優しい気持ちになれる」など、なでるケアを介護技術として活用することを肯定的に受け止めている語りが得られた。また、「母からの感謝の言葉かけが増えた」「喜んでくれる姿をみるとうれしい」「母も癒され、自分も穏やかになれる」など、なでるケアを通しての相互理解、両者の心の交流が示された。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 小泉由美
2. 発表標題 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
3. 学会等名 第39回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	松井 優子 (Matsui Yuko) (00613712)	公立小松大学・保健医療学部・教授 (23304)	
研究分担者	誉田 恵理 (Konda Eri) (20827141)	公立小松大学・保健医療学部・助教 (23304)	
研究分担者	徳田 真由美 (Tokuda Mayumi) (70242542)	公立小松大学・保健医療学部・教授 (23304)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------