様式Ｃ－１９

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２５年６月７日現在

機関番号：３４５２４
研究種目：挑戦的萌芽研究
研究期間：２０１０～２０１１
課題番号：２２６５９４３５

研究課題名（和文）　リウマチ患者の笑える要因笑えない要因から患者同士の地域支援体制づくり

研究課題名（英文）　Establishing a local mutual support system for rheumatics, based on a study analyzing circumstances that produce laughter

研究代表者
小林　廣美　（KOBAYASHI HIROMI）
兵庫大学・健康科学部・准教授
研究者番号：７０５１１６１６

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、リウマチ患者の笑いを生みだす要因として重要な「地域における患者同士の支援体制」に関して、「リウマチ患者同士が語る会」で参加者の語りを分析し効果を明らかにすることである。方法は、A 町役場と連携をとり、リウマチ患者同士の交流会を開催した。結果、リウマチの「悪化・進行」、「日常生活動作の低下」、「薬の副作用や合併症」に関して、関節保護の工夫、薬の飲み方、最新の生物学的製剤に関する情報を共有していた。リウマチ患者の笑える要因に関連していた「痛みのコントロール」においては、好きなことや楽しいことをしている時は痛みを感じないことがわかり、笑いの効果と同じ結果となった。研究結果は「あなたと共に歩むリウマチ看護―痛みの緩和と笑いの効用―」のタイトルで書籍を出版した。今後は地域における患者同士の交流会の効果を、行政、プライマリ医師と連携し広めていく必要がある。

研究成果の概要（英文）：The objective of this study was to clarify the effect of a local mutual support system for rheumatics, with a key element being the creation of circumstances where the rheumatic patients can laugh, by analyzing their responses during a meeting which provided them a chance to speak openly about their daily lives and experiences. The meeting was arranged with the help of the municipal government of Town A. Analysis of what the participants talked about during the meeting revealed that they shared such information as joint protection, drug administration and biological drugs as they pertained to the worsening and progression of their illness, the negative effects on daily activities, and adverse effects and complications caused by certain medications. When discussing pain management, which is a major factor related to the creation of circumstances that produce laughter, patients disclosed that they felt no pain while they were doing something they enjoyed. Such a feeling can be deemed to have the same effect as laughter. The study results were compiled into a publication titled Rheumatology Nurses Moving Forward with their Patients—Pain Relief and the Effect of Laughter. The results of this study suggest that it will be necessary to promote such local exchange meetings in cooperation with the local government and primary care doctors to share wide-ranging

beneficial effects in pain management protocols of rheumatics.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
年度			
年度			
年度			
2010 年度	400,000	0	400,000
2011 年度	900,000	270,000	1,170,000
総　計	1,300,000	270,000	1,570,000

研究分野：地域・老年看護学
科研費の分科・細目：挑戦的萌芽研究
キーワード：笑える要因　笑えない要因　患者同士の語る会　地域支援体制づくり

１．研究開始当初の背景

笑いの医学的な効用については、世界中でさまざまな実験の結果や症例が報告されている。楽しい笑いは、筋骨格系、循環器系、呼吸器系、内分泌系、免疫系、中枢神経系の生理活性を高め、良い効果をもたらすと共に、疼痛をも軽減させる報告がある。筆者が日ごろから強い関心を持ち、取り組み続けているリウマチ患者についても笑いの効用については報告されている。

しかし、関節リウマチは全身の関節が障害される疾患であり、痛みや症状の悪化・進行が繰り返される慢性の病気である。このような日常生活の中でリウマチ患者は、笑いの効果を知っていても、笑いたくても、何らかの原因で生活の中に笑いを取り入れられない状況にある。「リウマチ患者は笑えているか」の実態調査と笑える要因笑えない要因の質的研究については、筆者が報告した。リウマチ患者の場合は、一般に同じケースがないといわれるほど症状や治療法も違い、生活状況も受け止め方にも個別性がある。笑える要因と笑えない要因の分析結果から笑える環境づくりには、地域における患者同士の支援体制を整えていくことが重要であることがわかった。

２．研究の目的

リウマチ患者の相談内容の分析、笑いに関する実態調査、ライフヒストリーの事例分析をし、笑いにつながる要因と笑いにつながらない要因を調査した。その要因の中で笑える要因、笑えない要因に影響していたのは、「病気の受容に関すること」と「痛みのコントロール」に関することであった。患者自身が病気を受け入れて前向きに生きていくには、「心のケアを受けることができる体制」や「地域における患者同士の支援体制」が必要であることが明らかとなった。地域における患者同士の支援体制を整えることで、リウマチの重症化の予防や、高齢化に伴う機能低下や精神的問題を予防でき、笑える環境作りができると考えた。

そこで、地域の健康福祉課と共に、「リウマチ患者同士の語る会―共に学ぶ会―」を開催し、参加者同士が語っている内容を質的分析することで効果を明らかにする。

３．研究の方法

1)患者同士の支援体制づくりは、A 町役場健康福祉課と連携して「リウマチ患者同士が語り合う会」を実施する。A 町の人口は３万人　0.3%の罹患率で 100 名のリ

ウマチ患者がいる。

2)目的は、「助言」や「指導」をしないで同じ病気を持つ患者同士が体験話を自由に語り合える場の提供をする。初期で軽症の患者はそれ以上悪くならないように予防につなげる。また、重度のリウマチにならないために患者同士が病気の受容過程や痛みのコントロールの方法の工夫等についても話し合う。

3)参加者は身障手帳を持っている人や他の活動に参加した人を口コミでつのる。また、健康だよりに掲載して参加者を募集する。必要時案内文の発送をする。

4)会場は A 町役場で、開催時間は 10:00～12:00 の 2 時間程度

5)効果の検証

地域で開催した「リウマチ患者同士の語る会」で参加した患者の語りを質的分析した。

４．研究成果

リウマチ患者の笑いを生みだす要因として重要な「地域における患者同士の支援体制」に関して、「リウマチ患者同士が語る会」で参加者の語りを分析し効果を明らかにした。

参加の動機については、①リウマチの皆様の意見を聞くことができる、②病状により薬とか年数によってどういう風になるのか参考になる、③皆様の今の状態をお聞きし参考にしたい、④年１回の開催だが今年度は２回あり感謝、⑤開催して下さる職員の”魅力”、⑥リウマチの友の会のメンバーに会えるのが楽しみ、⑦リウマチに対して何か新しい情報の期待、⑧毎年のリウマチ患者交流会で、いろいろな友達の元気な姿を見せてもらい、私も元気がもらえる、⑨自分と同じ病気なのですごく役に立つ、⑩色々な方のお話を聞きたい、である。どの参加者も主体的に目的をもって参加されている。

リウマチ患者さんが受けている治療に関すること、療養生活に関すること、日常生活に関すること、参加者同士が意見交換する中で学んで行こうとする意欲を伺うことができる。

参加者の語りを分析した結果、「2010 年リウマチ白書」において、リウマチ患者の 3 大不安に関する「悪化・進行」、「日常生活動作の低下」、「薬の副作用や合併症」について参加者同士が情報交換していた。具体的には、①関節保護に関することで日常生活の実生活に即した内容であった。②最新の生物学的製剤に関しては、高額医療を受けるための工夫や体験、喜びや不安など共有していた。③リウマチ薬に関することでは、生物学的製剤とともに有効な治療薬であるメトトレキサート(リウマトレックス)やプレゾニドロン(ブレドニン)の情報交換が多く副作用への対処についても共有できていた。④日常生活の工夫に関することでは、瓶類のふたの開閉に関することが話題となり、なんとか家族に迷惑のかからない工夫について情報交換されていた。リウマチ患者の笑える要因に関連していた「痛みのコントロール」においては、好きなことや楽しいことをしている時は痛みを感じないことがわかり、笑いの効果と同じ結果となった。リウマチ患者が痛みを忘れている時は、①夢中になれるもので楽しい趣味、気持ちの高まり、愛しい孫の存在であった。②播磨灘の春の便りであるいかなごのくぎ煮では、痛くても夢中、待っている人がいる、喜びが帰ってくる、プロセスが楽しい、後は痛みのケアをするであった。③ストレス発散している時は、何かをすることで気持ちが楽になる、工夫すればできるであった。④治療の効果により、人にしてあげられる喜びであった。

「地域における患者同士の交流会」は、参

加者が学びあえる環境にあり、交流会を通して参加者同士が大笑いしながら語っている状況をみて必要性を強く認識した。研究結果は「あなたと共に歩むリウマチ看護―痛みの緩和と笑いの効用―」のタイトルで書籍を出版した。今後は地域における患者同士の交流会の効果を、行政、プライマリ医師と連携しさらに広めていく必要がある。

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）

〔雑誌論文〕（計５件）
1. 小林廣美共著:看護大学生が看護の統合と実践実習で看護管理者から学んだこと、兵庫大学論集、査読なし、No,18、2013、p.67-74
2. 小林廣美共著:看護大学生の「看護の統合と実践実習」での学び―チーム医療を中心として―、兵庫大学論集、査読なし、No,18、2013、p.81-87
3. 小林廣美共著: グループワーク達成感尺度の開発―信頼性・妥当性の検討―、インタナショル　Nursing Care Research、査読あり、第12巻第1号、2013、1-9
4. 小林廣美共著: 中堅看護師が行う「療養上の世話」における看護判断に影響する要因、第 42 回日本看護学会論文集　看護管理、査読あり、2013、p.284-286
5. 小林廣美単著:笑いと看護、日本笑い学会、査読あり、2013.投稿中で審査結果待ち

〔学会発表〕（計６件）
1. 小林廣美共同:看護大学生が看護の統合と実践実習で看護管理者から学んだこと、第 43 回日本看護学会「看護管理」、国立京都国際会館、2012.10.3
2. 小林廣美共同: 看護大学生の「看護の統合と実践実習」での学び　―チーム医療を中心として―、第 5 回日本保健医療福祉連携教育学会学術集会、神戸学院大学、2012.10.8
3. 小林廣美共同:看護大学生の「看護の統合と実践実習」での学びとチーム医療に対する意識、第 5 回日本保健医療福祉連携教育学会学術集会、神戸学院大学、2012.10.8
4. 小林廣美共同: 看護大学生の看護の統合と実践実習で教員が指導上困難に思ったこと、第 32 回日本看護科学学会学術集会、東京国際フォーラム、2012.11.30
5. 小林廣美共同:看護の統合と実践実習での学び－複数の患者を受け持つことによる気づきと学び―、第 32 回日本看護科学学会学術集会、東京国際フォーラム、2012.11.30
6. 小林廣美共同: 看護大学生のグループ学習達成感尺度の検討とその関連要因、第 32 回日本看護科学学会学術集会、東京国際フォーラム、2012.11.30

〔図書〕（計　１件）
小林廣美単著:あなたと共に歩むリウマチ看護-痛みの緩和と笑いの効用-、中央法規、2013.

〔産業財産権〕
○出願状況（計　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◇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〕
ホームページ等

６．研究組織
(1)研究代表者
小林廣美（　　）

研究者番号：70511616

(2)研究分担者
（　　）

研究者番号：

(3)連携研究者
(　　)

研究者番号：