

令和 2 年 5 月 4 日現在

機関番号：14401

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2019

課題番号：26463484

研究課題名(和文) 身体面から働きかける補完代替療法導入のための精神科看護師への教育と普及方法の開発

研究課題名(英文) Development of education and dissemination methods for psychiatric nurses to introduce complementary and alternative therapies from the physical side

研究代表者

遠藤 淑美 (ENDO, YOSHIMI)

大阪大学・医学系研究科・教授

研究者番号：50279832

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、身体面から働きかける補完代替療法を精神科看護に導入するために精神科看護師に対して実施する教育プログラムと普及方法を開発することを目的として、全国調査、研修会の開催、それに引き続く1年間のフォローアップを実施した。1年間のアロマセラピー実施の看護師に対しての効果を生理学的、心理学的検査及び毎月のインタビューによって調査した。アロマセラピーの継続的な活用によって交感神経系は興奮の傾向を示し、心理学的にはネガティブな気分状態が改善していた。インタビューからは、患者、看護師、看護管理者にとって看護独自の介入として効果的であることが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、多忙な業務の現場のままCAMを取り入れる工夫を探り、その効果をみようとしたものである。あえて現状を統制することのない状況における一定の効果として受け取ることができる。とりわけ、介入による看護師の心理的な効果の持続、及びこれまでアロマセラピーの効果として、焦点の当てられてこなかった患者と医療者の関係性の発展のプロセスに寄与しうる影響について、質的に明らかにできたことは研究の成果と言える。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is to develop educational programs and dissemination methods for psychiatric nurses in order to introduce complementary and alternative therapies that works from the physical side.

We conducted a national survey, held a workshop, and then followed up for one year. We investigated the effects of 1-year aromatherapy on nurses through physiological and psychological tests and monthly interviews.

The sympathetic nervous system showed a tendency toward excitement and negative mood state was improved due to continuous use of aromatherapy. The interview revealed that it was effective as an intervention unique to nursing for patients, nurses, and nursing managers

研究分野：精神看護学

キーワード：補完代替療法 精神科看護 アロマセラピー アロママッサージ 看護介入

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

#### (1) 精神疾患患者及び患者を取り巻く精神医療の現状

精神医療を支える治療の中心は薬物療法であるが、以前より多剤併用・大量処方の問題とされ、精神医学関連の学会はたび重なる注意喚起をしてきた。しかしながら、一向に改善されないまま今日に至っており、2010年、厚生労働省自殺・うつ病等対策プロジェクトチーム発足を機に学術誌が特集を組むなど、この問題に対してようやく本格的な取り組みが始まったところである。多剤併用・大量処方の問題は、いったん処方されると減量することが困難であること、自殺企図を増加させる危険性、定型、非定型抗精神病薬とも心臓突然死のリスクを非使用者の2倍に高め、用量依存的な上昇が認められることが明らかにされている(Ray 2009)。

一方入院精神疾患患者については、社会的入院が問題とされ、少しずつ在院期間の短縮化も進んでいるが、その一方で、高齢化が進み、身体合併症を抱える人たちが増え、在院期間が1年以上の長期入院患者の退院状況については改善していないのが現状である(厚生労働省 2009)。

以上より、精神疾患患者は心のみならず、加齢による老化に加え、これまで受けてきた精神科薬物療法により体にも相当な侵襲を受けていることが考えられる。実際、精神疾患患者の平均余命は、一般の人の平均余命より15年短いとも言われている。昨年から国立高度専門医療研究センターが「身体疾患患者へのメンタルケアモデル開発に関するナショナルプロジェクト」を開始し、メンタルケアを身体疾患治療に統合していく取り組みを始めているが、逆に身体ケアを精神疾患治療に統合することも併せて重要である。国内にとどまらず、英国においても身体的健康と精神的ケアの関係には関心が集まっている。しかしながら、日本の精神医療の中で、このような取り組みは十分には行われていない。

#### (2) 精神疾患患者を取り巻く身体面からの働きかけに関する現状

薬物療法に代表される西洋医学的アプローチを補完するものとして、補完代替療法(以下CATとする)への注目が集まっている。米国補完代替医療センターの定義に従って、CATを「一般的に従来の通常医療とみなされていない様々な医学・ヘルスケアシステム・施術・生成物質など」と考えると、精神科看護師の看護介入は心理社会的側面からのアプローチが多く、「手技療法、身体技法」に分類されるマッサージ療法などを日常的な介入として実施しているところは少ない。実際に日本の民間精神科病院で働く看護師が会員のほとんどを占めている日本精神科看護協会が刊行している学会誌の検索では、過去10年間で、生活技能訓練や認知行動療法といった心理社会的介入に関する研究は58件、一方マッサージといった身体的介入に関する研究は、17件であった。コクランライブラリーによるシステムティックレビューにおいても、精神疾患患者への身体面から働きかけるCATに関するものは、エビデンスの低い8件の研究があるのみであった。

#### (3) 精神疾患患者への身体面から働きかけるCATの実施と普及の必要性

以上のように精神科看護において、CATの中でも、精神疾患患者に対する身体面からの介入は未開拓の分野であるといえる。それは、これまで、精神分析的な観点から、自我境界の危うい患者への直接的な皮膚の介入を危ぶむ考えがあったことにもよると考えられる。一方で、個別事例ではあるが、身体接触によるケアが対応困難な患者の変化をもたらし、セルフケアの改善が見られたといった報告は散見される。さらに、近年、神経伝達物質であるオキシトシンやセロトニンの研究、あるいは、脳と同じ外胚葉を発生起源とする皮膚の研究が進んだことにより、オキシトシンが信頼や人とのつながりに関わる働きをすること、セロトニンが心の安定や痛みの軽減に関わっていること、それらセロトニンもオキシトシンもマッサージやタッチにより分泌が促進されること(Moberg 2000, 有田 2009)、皮膚が整うことと心の安定とつながりがあること(Capurin 2011)が次第に明らかになってきた。精神疾患患者は、人との接触のまずさ、精神的不安定さや感情・欲求のコントロールのむずかしさ、どこということはない不定愁訴、身体的倦怠感などの問題を抱えている。タッチやマッサージをはじめとする身体面から働きかけるCATの実施と普及により、これら精神疾患患者が抱えてきた、精神的、社会的、身体的問題が解決し、精神疾患患者への身体ケアを精神疾患治療に統合させることが可能となることが期待される。

### 2. 研究の目的

(1) 精神科看護師が実施しているCATの実態把握とCATに関する意識調査をする、(2) 身体面からの介入に関する教育プログラムを作り、まず看護師長に実施、評価および普及方法の検討をする、(3) その後、看護師への教育プログラムを実施し、サポートしつつ、CAT実施の患者および看護師に対する効果を多面的に検証する。4) 以上を合わせて、教育プログラムの効果と課題、身体面から働きかけるCATの効果と課題、普及方法の効果と課題を明らかにする。

### 3. 研究の方法

(1) 全国調査：全国の精神科施設の看護師長を対象に現在実施しているCATの状況やCATに関する知識や関心、ニーズを把握することを目的に質問紙の郵送による全国調査を行った。

(2) 研修会の実施：調査結果にもとづき、大阪府下の精神科施設の看護管理者・看護師に対してCATの1日研修会を実施し、併せてCATを病棟の看護に導入するための方法についてグループディスカッションを行った。

(3) 1年間のフォローアップ：研修会に参加した施設のうち、プログラムへの参加を表明

した施設へ1年間の試行を依頼した。実施を助けるために、研修会で紹介したCATの手順や注意事項が簡単に照会できるようなパンフレットを作成し、手渡した。試行の期間中、毎月1回研究者が、実施状況、患者の変化、看護師の変化などについて聞き取り調査を実施した。加えて、試行の際に生じた問題に対するコンサルテーションを実施した。CAT実施のために必要となる物品（例えばアロマオイル等）は研究者側から供給した。

### 3) CAT実施の評価と看護師自身の評価

CATの効果については、毎月看護師に実施するインタビューの質的データの蓄積、および、1か月後、6か月後、1年後の生理学的、心理的質問紙調査によって評価する。インタビューでは、実際のCAT活用状況、効果、課題を問うものとする。看護管理者については、1年後に、インタビューを実施した。

## 4. 研究成果

### (1) 全国調査

精神科入院施設における、CATに対する看護管理者の関心と活用の現状を知り、精神科看護援助として、CAT普及のための課題について検討することを目的としたこの調査では、日本精神科病院協会に所属する全国の精神科病院および精神病床を有する病院1206施設の看護管理者を対象に郵送による自記式質問紙調査を実施した。

結果：383施設の看護管理者より回答があり（回収率32%）、返送された全ての質問紙を分析対象とした。CATを導入している施設は46.2%であった。導入していない施設であっても、導入している施設との間でCATへの関心の高さに差はなく、アロマセラピー（44.4%）とアニマルセラピー（39.9%）の関心が高かった。CATの導入の有無に関わらず、導入のために検討すべき条件は「専門的知識の習得」であり、既に導入している施設では、それに加え「ケアのための時間の確保」が検討すべき条件であることが分かった。

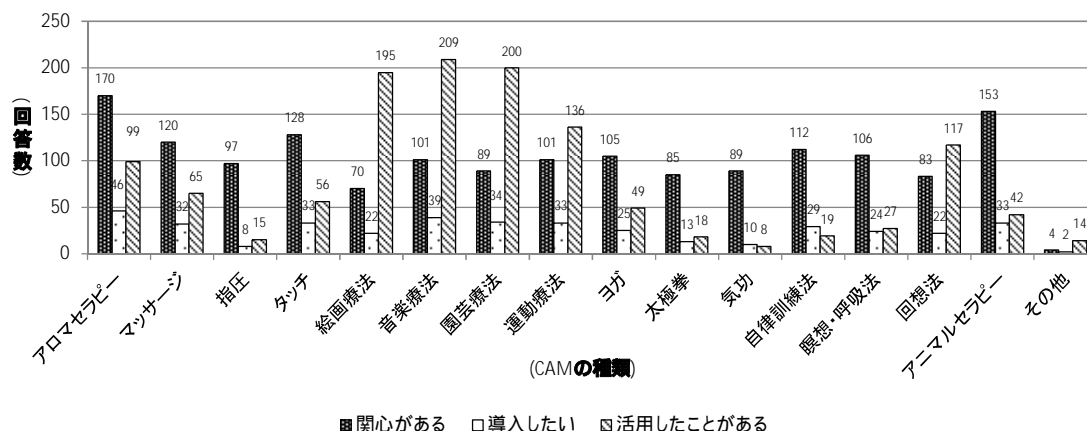


図1 CATの関心及び活用の状況

### (2) 研修会

セミナー参加施設は10施設、参加者は23名、平均年齢42.3歳（SD=±5.03）、看護師経験年数は13.3年（SD=±9.86）であった。過去にCATの実践での活用経験のある看護師は4名（19%）であったが、受講後活用できるとした看護師は21名（91.3%）であった。グループディスカッションにより、CATの使用について実施できそうなこととして、患者へのマッサージ、患者へのセミナー開催、アロマオイルや環境整備の際のスプレーとしての使用があげられた。研修会参加施設のうち、4施設がその後の1年間のフォローアップを希望した。

### (3) 1年間のフォローアップ

唾液アミラーゼ値による生理学的効果では、初回全員の唾液アミラーゼ値はアロママッサージ実施前に比して介入後は低下していた。一方1年後は全員の唾液アミラーゼ値が、マッサージ実施後に上昇していた。これは、継続によって交感神経系が優位に活動していることを示している。

POMSによる心理学的効果では、ネガティブな情動状態を示す総合的気分状態の得点がアロママッサージ施術後に概ね減少していた。

看護師のインタビューでは、患者への影響としてセルフケアする姿勢や方法としての主体的な活用、他者へケアしようとする行為が生じることが分かった。特に、感情のコントロール及び睡眠導入に自ら使用していた。看護師への影響としては、患者とのコミュニケーションツールとして患者と会話が深まるツールとして活用の効果を特に実感していることが分かった。また、継続してタイミングよくアロママッサージができるように工夫していた。看護管理者は、アロママッサージそのものの効果より、アロマをツールとして看護師の教育や患者へのケアの質の向上を目指して、実施する看護師を支援していたことがわかった。1年間の継続によって、病棟全体、そして他病棟へと使用が広まっていた。

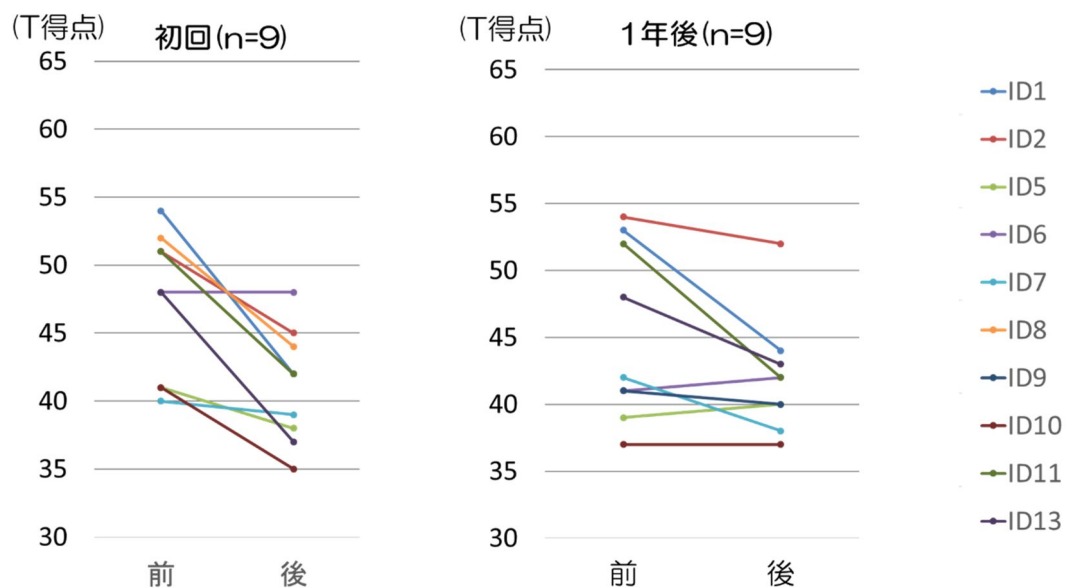


図2 統合的気分状態 (TMD) :対象者ごとの変化

以上より,身体面から働きかけるCATの精神科看護師への教育と普及方法について,選択される方法はアロマセラピーがほとんどであり,知識と材料およびフォローアップによって,時間的な困難さがある中でも,状況に合わせて継続するための工夫がなされ,少しずつ病棟全体へ病院全体へ普及していく可能性が示唆された.この際に看護管理者の目的意識が重要であり,看護管理者はその目的意識に向けて実施看護師を管理的側面からサポートしており,それが普及へとつながっていると考えられた.1年間継続されたアロマセラピーの効果は,患者,看護師,看護管理者においてよい影響が認められた.また,実施において有害事象の発生はなかった.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 川崎絵里香, 梶原友美, 的場圭, 遠藤淑美	4. 巻 10
2. 論文標題 統合失調症患者に対する「身体面から働きかける」補完代替療法の効果と安全性に関する文献検討	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 日本統合医療学会誌	6. 最初と最後の頁 174-185
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 梶原友美, 的場圭, 石川かおり, 神里みどり, 遠藤淑美	4. 巻 22
2. 論文標題 精神科看護における補完代替療法への関心と活用の実態	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 大阪大学看護学雑誌	6. 最初と最後の頁 1-9
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 3件）

1. 発表者名 梶原友美, 遠藤淑美,
2. 発表標題 精神科看護において患者にアロママッサージュを行った看護師に生じる心理的・生理的効果の検証
3. 学会等名 日本統合医療学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Endo Y, Kajiwara T, Kawasaki E, Ishikawa K, Hayashi H, Kamizato M
2. 発表標題 Developing a method of introducing complementary and alternative medicines in psychiatric nursing practice: Providing knowledge, skills, and resources
3. 学会等名 TNMC & WANS International Nursing Research Conference 2017 (国際学会)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Endo Y, Kajiwara T, Inoue M, Ishikawa K
2. 発表標題 Nursing student's reactions to a healing touch program within mental health education
3. 学会等名 The 21st International Network for Psychiatric Nursing Research conference (国際学会)
4. 発表年 2015年

1. 発表者名 遠藤淑美、梶原友美、的場圭、石川かおり、神里みどり
2. 発表標題 精神科看護における補完代替療法への関心と活用の実態 看護管理者への全国調査から
3. 学会等名 第19回日本統合医療学会
4. 発表年 2015年

1. 発表者名 Endo Y, Kajiwara T, Ishikawa K, Kmizato M
2. 発表標題 Change in nurses and patients caused by continuous use of aromtherapy in psychiatric wards
3. 学会等名 AAPINA & TWNA Joint International Conference & 16th Annual Conference (国際学会)
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
連携研究者	石川 かおり  (Ishikawa Kaori)  (50282463)	岐阜県立看護大学・看護学部・教授    (23702)	

## 6. 研究組織（つづき）

	氏名 (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
連携 研究者	神里 みどり  (Kamizato Midori)  (80345909)	沖縄県立看護大学・看護学部・教授    (28002)	
連携 研究者	梶原 友美  (Kajiwara Tomomi)  (90706920)	大阪大学・医学研究科・助教    (14401)	