

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 30 年 6 月 7 日現在

機関番号：33303

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2014～2017

課題番号：26861972

研究課題名(和文) 老年期うつ病者の「レジリエンス」向上に寄与する治療的看護実践の考案

研究課題名(英文) Development of therapeutic nursing practice that contributes to improving the resilience of older adults with depression

研究代表者

田中 浩二(TANAKA, Koji)

金沢医科大学・看護学部・講師

研究者番号：40507373

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,900,000円

研究成果の概要(和文)：老年期うつ病者の「レジリエンス」について、ナラティブ研究方法を使用してインタビュー調査を実施した。その結果、情緒的なつながりの感覚や人生との対話、スピリチュアリティの高まりなどが明らかとなった。そこで既存の老年期うつ病者へのケア方法を参照しながら、人生との対話やスピリチュアリティの視点を取り入れた治療的看護実践の指針を作成した。その指針に基づいて4名の老年期うつ病者に継続的な看護介入を実施した結果、初回介入時は悲観的な訴えや身体の不特定愁訴が多くみられていたが、面接の回数を繰り返す毎に人生との対話や洞察が進み、レジリエンスが向上した。このことから指針の有効性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：Resilience of older adults with depression was investigated using a narrative research method. As a result, "a sense of emotional connection," "dialogue with life," and "heightened spirituality" were identified. Then, with reference to existing care methods for older adults with depression, the author created guidelines for therapeutic nursing practice incorporating the viewpoints of dialogue with life and spirituality. Based on the guidelines, the author continued nursing interventions for 4 older adults with depression. Many pessimistic complaints and indefinite somatic complaints were observed at the first intervention, but in subsequent interviews, dialogue with life and insight had progressed and resilience had improved. This suggested the effectiveness of the guidelines.

研究分野：精神看護学

キーワード：老年期うつ病 レジリエンス 治療的看護実践

1 . 研究開始当初の背景

老年期は、壮年から初老期までの年代と比較し、状況要因によって抑うつ的な心理状態になりやすい。高齢者の心理的平衡は、危うい基盤の上に成り立っているものであるため、些細な破綻でも多くの因子が関連しあい、簡単に崩れるほどの厳しさがある(竹中, 2010)。気分障害患者に占める高齢者の割合も、全体の3割以上(2011年患者調査)と高率である。

このように、高齢者はうつ病になりやすく、自殺の既遂率も高いが、未治療者が多い(Robert et al, 2002)。さらに、老年期うつ病は再発率が高いことや認知症に移行しやすいことが明らかにされており(Kessing et al, 2004)、これらは老年症候群、すなわち生活機能の低下につながるため、安定した日常生活が脅かされやすくなる。したがって、老年期うつ病への対策は、喫緊の課題である。

老年期うつ病の治療では、治療者と患者の情緒的な交流や精神療法が重要であるといわれており、研究者は老年期うつ病者の「苦悩」を明らかにし(田中ら, 2012)、彼らの「苦悩」に添ってナラティブアプローチを実践した。その結果、心身の苦悩に満ちた語りが生きる希望へとつながる新たな物語に変化した(Tanaka et al, 2012)。この研究を発展させ、老年期うつ病者に対する治療的な看護実践を洗練化するために、「苦悩」に添うという視点からのみならず、自我に内在する回復力や人間のもつ強み、すなわち「レジリエンス」を活かすという視点にも着目することによって、抑うつを緩和やQOLの向上に寄与するより有効な治療的な看護実践を考案したいと考えた。

「レジリエンス」とは、どの世代の人もがもっている心理的抵抗力や回復力のことであり、個人の性格などの特性ではなく、周囲からの働きかけや適切な支援など環境要因との相互作用によって変動する動的な個人特性である(石井, 2009)。また、「レジリエンス」は、精神疾患や心的外傷からの回復にも重要な力であり、さらに回復後も長期的に人の生きる意欲に影響を与えるものである(田ら, 2008)。ゆえに、老年期うつ病者の「レジリエンス」を引き出すことは、彼らの自然回復力や生きる力を支えるために重要な治療的な看護実践であるといえる。

2 . 研究の目的

- (1) 老年期うつ病者の「レジリエンス」の様相を明らかにする。
- (2) 抑うつを緩和するために「レジリエンス」の発動や向上に寄与するナラティブアプローチを基盤とした治療的な看護実践を考案する。

- (3) 考案した治療的な看護実践を老年期うつ病者に適応し、抑うつやQOLが改善されたかどうか評価する。

3 . 研究の方法

- (1) ナラティブ研究法に基づく老年期うつ病者の「レジリエンス」の解明

非構成的面接を1~2回(1回1時間程度)実施する。抑うつや生活機能の低下にもかかわらず、もっている回復力や生きる力に焦点を当て、「病気になられてからの経過やご苦労されたこと、病気の経過の中で気持ちが楽になった時とその時の状況、抑うつとの折り合い方や日常生活で気をつけていること、現在の日常生活の送り方、生き方や信条などを聴かせてください」という問いかけで、自由に語ってもらう。

ナラティブ研究法に基づいて、得られたデータのテーマ分析を行う。

- (2) 治療的な看護実践の考案

文献検討や先行研究で明らかにした老年期うつ病者の「苦悩」(田中ら, 2012)と「苦悩」を緩和するためのナラティブアプローチ(Tanaka et al, 2012)および、「レジリエンス」を活用し、「レジリエンス」を活かすためのナラティブアプローチを基盤とした治療的な看護実践を考案する。考案の過程では、精神看護専門看護師、老人看護専門看護師と検討を行う。

- (3) 考案した治療的な看護実践の有効性を検討するための実践研究

考案した看護実践の指針を用いて、うつ病と診断され入院治療を受けている高齢者に対して、入院期間中3-10回程度の看護介入を行う。毎回の看護介入の内容とその反応をデータとし、抑うつを改善を評価する。

* 倫理的配慮

研究者の所属大学倫理委員会で研究の承諾を得た(No.207, No.1117)。研究参加者には、研究目的、方法、プライバシーの保護、研究参加および途中中断の自由、研究に伴うリスクに対する措置などについて文書と口頭で説明し同意を得た。面接時は、研究参加者の感情の変化や疲労、ストレス、身体的状況にも慎重に配慮した。また、面接中参加者の心身の状態に変化が生じた場合には、直ちに面接を中止し、適切な対処ができるよう、主治医・看護師と連携を密にとった。

4. 研究成果

(1) ナラティブ研究法に基づく老年期うつ病者の「レジリエンス」の解明

老年期うつ病者のレジリエンス

研究参加者は、5名の老年期うつ病者であった。性別は、男性2名・女性3名、年齢は、60歳代後半から80歳代前半であった。

老年期うつ病者のレジリエンスとして「人生で獲得してきた能力や日常性がよみがえることで生まれる力」「家族からの何気ない気遣いの中で家族との絆を感じる力」「慣れ親しんだ地域との一体感を再確認する力」「罪悪感と折り合い自らの人生を肯定的に統合する力」「孤独の価値を見出す力」「いのちのつながりの中で次世代のいのちを慈しみ希望をたくす力」の6つのテーマが導き出された。

本研究で導き出された6つのレジリエンスには、いずれも長年のその人の人生や生活世界が密接に関連していることが考えられた。看護師は老いや死に対する価値観や人間観をもつ中で、老年期うつ病者とともに在ることや対話することを通して、そこに存在するその人の人生に裏打ちされた力に着目することが重要であるといえる。

老年期うつ病者の回復過程を促進した力

研究参加者は、12名の老年期うつ病者であった。性別は、男性5名・女性7名、年齢は60歳代前半から80歳代前半(平均年齢71.5±6.5歳)であった。

老年期うつ病者の回復過程を促進した力として「情緒的つながりの感覚」「人生との対話」「発見」の3つのテーマが明らかとなった(表1参照)。

老年期うつ病者の体験をリカバリー志向で捉えたことによって、全人的なperspectiveから回復過程を促進する力が明らかとなった。「情緒的つながりの感覚」は、回復過程促進の基盤となっていた。「人生との対話」および「発見」は、老いや抑うつの苦悩を体験する中で見出される英知やスピリチュアリティであると考えられた。

本研究結果を基礎知識としながら、ひとりひとりの病いと回復のナラティブに着目することは、老年期うつ病者に対するリカバリー志向の看護実践の可能性を切り開き、リカバリーを促進するケア提供につながるといえる。

表1 老年期うつ病者の回復過程を促進した力

テーマ	サブテーマ
情緒的 つながりの 感覚	<ul style="list-style-type: none"> < 家族や治療者を信頼することができきる > < 人の優しさや親切を素直に感じとれる感性がある > < 地域の人と情緒的にコミットメントしている >
人生との 対話	<ul style="list-style-type: none"> < 人生で構築してきたものがある > < 死と向き合う力がある > < 世代を超えた連続性の中にあると思える > < 人生に自己肯定感がもてる > < 人生の文脈の中で病気を捉えることができる > < 老後の人生の生き方を見つけることができる > < 苦境でも楽観的に生きようと思える >
発見	<ul style="list-style-type: none"> < 自然な自分がみつかると > < スピリチュアリティが高まる >

(2) 治療的看護実践の考案

治療的看護実践の指針として、以下の内容が提示された。

症状の程度を把握する。

自殺のリスクアセスメントを行い、希死念慮がある場合には緩和するよう働きかける。

身体症状に関する訴えの傾聴ならびにフィジカルアセスメントを行う。そして必要に応じて、マッサージ、リラクゼーションなどを実施する。

抑うつや不安・焦燥感などを傾聴し、それらの苦悩を共感する。

ナラティブアプローチやライフレビューなどの援助技法を活用しながら、患者のスピリチュアリティが高められたり、自我の生涯発達や人生の統合が促進されるように支援する。

患者が自らの症状や生活をマネジメントしながら、生きるために必要な力を引き出すことができるように支援する。

(3) 考案した治療的看護実践の有効性を検討するための実践研究

作成した治療的看護実践の指針をもとに、4名(男性1名・女性3名、年齢60歳代後半-80歳代前半)の老年期うつ病者に対して継続的に看護介入を実施した。その結果、介入の初期には悲観的な訴えや身体の不定愁訴などがみられていたが、面接の回数を重ねるごとに人生との対話や自己洞察が深まり、レジリエンスが高められた。

研究参加者からは、< 幼少期の喪失体験 >

<家族の喪失> <家族との関係性> <家を守ってきたことの苦労>などの困難体験が語られた。これらは、何十年も前のことであるが、記憶に刻印されており、研究参加者が「こんな生い立ちだったからうつ病になったのかもしれない」と語るように、現在に影響を与えていた。また、配偶者の成功を支えてきた研究参加者は、晩年に配偶者が病気を繰り返していることに自責の念を抱えていた。そして、語りの中で長い人生での配偶者へのサポートは自己満足であったと表現した。また亡くなった配偶者との関係で葛藤をもち続けている研究参加者も存在した。しかし、看護介入を実践することで、困難体験の語りや自己否定的な語りを経て、<喪失体験の受け入れ> <人生への肯定> <生きる力> <新たな発見>などのポジティブな語りがみられるようになった。

看護介入の終結時には、抑うつ症状が改善あるいは症状がありながらも、人生への肯定的な意味づけや生きる力が芽生えるようになった。このことから、老年期うつ病者の「レジリエンス」向上に寄与する治療的看護実践の指針は有効であることが示唆された。

(4)総括

本研究を通して、老年期うつ病者の体験を「レジリエンス」という視点からとらえたことによって、全人的視点から治療的にアプローチするための知見が見出された。

治療的アプローチの中では、老年期うつ病者がさりげなく気遣われ、スティグマが払拭できるような援助的人間関係を構築していくことが重要であろう。このような援助的人間関係の中で「人生との対話」ができるよう、看護師は老年期うつ病者のナラティブに敬意を払いながら傾聴することが重要であろう。そして、看護師は老年期うつ病者が新たに「発見」する現象に着目し、人生経験あるいは老いや抑うつの体験の連なりの中で「発見」されたその人なりの生き方や世界観を見守ることが重要であろう。本研究結果を実践に適用し、ひとりひとりの病いと回復のナラティブに着目することは、リカバリー志向の看護実践の可能性を切り開いていくであろう。看護実践においては、老年期うつ病者の signs/symptoms のみではなく、「レジリエンス」にも着目し、全人的な perspective からその人の体験を理解し、回復過程を促進する力を支持していくことが重要である。本研究結果は、看護師のケアパラダイムを問題志向からリカバリー志向に変えていくために有効な知見であるといえよう。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計5件)

Tanaka K: Strengths Promoting the Recovery Process in Older Adults with Depression, Journal of Clinical Nursing, 査読有, 2018 doi:10.1111/jocn.14359

Tanaka K, Hasegawa M, Nagayama Y, Oe M: Nursing Philosophy of community mental health nurses in Japan: A qualitative, descriptive study, International Journal of mental Health Nursing, 査読有, 27,2018, 765-773, doi.org/10.1111/inm.12363

田中浩二, 長谷川雅美, 吉野暁和: 精神疾患をもつ人のレジリエンスを引き出す看護ケア, 看護実践学会誌, 査読有, 29(2), 2017, 18 - 30

田中浩二, 長谷川雅美: 老年期うつ病者のレジリエンス - 病いと回復のストーリーから, 日本看護科学会誌, 査読有 36, 2016, 93 - 102 .Doi:10.5630/jans.36.93

田中浩二, 吉野暁和, 長谷川雅美, 長山豊, 大江真人: 精神科看護師の患者看護師関係における共感体験, 日本看護科学会誌, 査読有 35, 2015, 184 - 193, doi.org/10.5630/jans.35.184

〔学会発表〕(計6件)

Tanaka K(2017): Trauma and Recovery, The 8th Joint Scientific Meeting 2017 between KJU and HUST-TMC(武漢)

田中浩二, 長谷川雅美(2016): 老年期うつ病者のレジリエンスの構成要素, 第36回日本看護科学学会学術集会(東京)

田中浩二(2016): 語りからつむぐ実践精神看護学の教育研究者として, 第10回看護実践学会学術集会シンポジウム(石川)

Tanaka K(2016): A case of Charles Bonnet syndrome induced by visual impairment in an elderly adult, 19th East Asian Forum of Nursing Scholars(千葉)

田中浩二(2015): 一人の大切な人のための看護研究 ナラティブから生まれる力 精神に病いをもちながら生きる人の体験に添って, 第28回日本看護研究学会近畿・北陸地方学術集会シンポジウム(石川)

田中浩二, 長谷川雅美(2015): 老年期うつ病者のレジリエンスの様相, 第35回日本看護科学学会学術集会(広島)

6. 研究組織

(1)研究代表者

田中 浩二 (TANAKA, Koji)
金沢医科大学・看護学部・講師
研究者番号: 40507373