

O-157

透析時間を活用したエルゴメーター使用の運動療法

長利麻未¹、北英美¹、小笠陸美¹、小野愛美¹、平山薫¹、池田篤志¹、渡辺朋美¹、鬼束結²、山形真理²

¹JCHO 宮崎江南病院 看護部、²リハビリテーション部

【目的】エルゴメーター使用患者にどのような効果が表れたのか明らかにする

【方法】平成30年7月から6ヶ月間、透析中に運動療法を行っている外来患者2名に週2回約10~15分エルゴメーターを使用し、InBody測定と30秒椅子立ち上がりテスト(以下CS-30とする。)を行った。

【結果】2017年より床上運動療法を導入した。運動療法開始から、1年半が経過し、患者から「違う運動がしたい」「レベルアップが図りたい」などの意見が聞かれた。下肢拳上運動に比べ筋持久力向上の効果が見られることを期待し、エルゴメーター運動を導入した。平成30年7月10日・7月12日に対象へCS-30を実施し、7月26日より週3回の透析のうち、週2回のエルゴメーター使用を開始した。透析開始30分後の状態安定後の10分間30Wで開始し、疲労度の評価方法として、開始前後にボルグスケール評価を行った。安全面を考慮し、エルゴメーター使用前後に血圧測定を実施し、患者の発言を記録する用紙を作成した。その結果、InBodyに著名な変化は見られなかったが、CS-30においては運動療法介入後3ヶ月後には回数が3~5回増加した。患者からも「運動不足だから良い」などの意見が聞かれ、エルゴメーター運動を継続できている。

【考察】エルゴメーター運動は筋力維持が出来、透析施行中の4~5時間の内30分~2時間の状態が安定した時間を有効に活用することが出来たと考える。また、運動療法を続けることでモチベーションの継続に繋がったと考える。

【結論】透析患者へのエルゴメーターの使用は筋肉量に変化が見られなかったが、CS-30で回数が増加した。また、新たな運動療法を取り入れることで、モチベーションを維持する事に繋がった。

O-158

患者個々に沿った褥瘡・創傷処置を行うために
~処置シートの作成を通して~

内田真由美

JCHO 徳山中央病院 救命救急センター

【はじめに】A病院救命センターでは、脳神経疾患患者を受け入れ急性期治療を行っている。脳神経疾患患者の特徴として、麻痺や意識障害などの機能障害を呈することが多く、治療による長期ベッド上安静を必要とされる。また、昨今の社会情勢の変化により、独居高齢者の転棟や発症時の発見の遅れによる持ち込み褥瘡、創傷を伴って緊急入院してくるケースも多く、高齢患者の増加に伴い皮膚脆弱の患者も増加している。これまで褥瘡や創傷に対する処置は、入院時に担当する看護師の判断や知識により実施されていたが、それが個々の患者に適切なものであるか不安を感じている看護師が多く、適切な時期に適切な処置ができていないことが課題であった。

【活動の実際】患者個々にあった処置方法が統一できることを目的に、皮膚・排泄ケア認定看護師(以下WOCナースとする)の指導のもとチーム内で褥瘡・創傷ケアの処置シートと症状ごとのファイルを作成し、活用した。

【結果】病棟内で患者個々に応じた褥瘡・創傷ケアの継続ができ、持ち込み褥瘡が改善する症例や褥瘡発生を抑えることができたことにより、スタッフの行動変化や意識の高まりに繋がった。

【今後の課題】患者の栄養状態や血液データなども併せて創傷の評価ができるような、スタッフの知識・技術の向上、WOCナースとの連携の強化により、急性期から個別性のある看護を提供していきたい。

O-159

患者の「どうありたいか」を引き出し生活指導を行った事例についての報告

前本文恵、若林美由紀、野月千春

JCHO 東京新宿メディカルセンター 看護部

【はじめに】生活習慣病による疾患は増加し、それに伴い教育目的の入院も増えてきている。教育入院患者への生活指導を行う上で、SCAQを用いて患者とともに生活を振り返った結果、セルフケア能力を引き出し健康管理に対する意欲向上に繋がったので報告する。

【目的】60代男性。母親の介護をしながら2人で生活していたが、母親の他界後食生活が乱れがちになり耐糖能異常を認め食事療法開始となるが、病状悪化のため教育目的で入院。SCAQを用いてどうありたいと考えているのかを引き出し、個人に合わせた教育介入を行う。

【方法】入院1週間後にSCAQの目的と方法について説明し質問紙を配布。2日後に記入した質問紙を用いて面談。

【結果】質問紙を渡す時、「母親が亡くなった歳までは生きたい。それが親孝行になると思うから。」と発言があった。その思いを遂げられるよう私たちが支援していきたいことを話しSCAQの実施を開始した。質問紙を使用することで、体力作りのジム通いや、携帯を使用して血糖推移を確認していることなど、「体調を整える事」「健康のために気をつけている事」が強みとして評価できた。また、出来ていなかったと思っていたことが出来ていたことに気づく機会になり、自信に繋げることができた。食生活での不安なことに対しては、外来での栄養相談の継続を調節した。また馴染みのスナックがあることから糖尿病を打ち明け協力して味方になってくれる人を増やすことで、支援していく人とならないか提案した。退院後外来通院を行い、栄養相談を受けながら、入院時HbA1c:12.2だった値が退院後初回来で8.5、3か月後6.0で経過した。

【考察】SCAQは信頼性妥当性が示されているセルフケア能力を評価する質問紙であり、それをもとに面談をおこなうことで、患者が自身の生活を振り返り、行動変容を起こしていくことが考えられる。患者がどうありたいかを引き出しツールとして今後も活用していく。

O-160

安楽な口腔ケア用具の検討“職員間での体験を通して”

松田智美、笠野きみえ

JCHO 福井勝山総合病院

【はじめに】口腔ケアは誤嚥性肺炎の予防や全身の健康の為に重要とされるケアであるが認知症や理解力の低下のため口腔ケアを受け入れられない場合がある。事前アンケートより、患者に苦痛を与えていると感じた経験のある看護師は88%であった。爽快感を与えるはずのケアが苦痛をもたらすのであれば看護とは言えない。そこで苦痛の軽減に着目し、患者が自ら口を開けてくれる気持ちになれる安楽な口腔ケア用具を検討する目的で研究に取り組んだ。

【方法】今回の研究対象患者は意思疎通が取れない方が多い為、職員間で患者体験を行い、その後アンケート調査を行った。日頃使用している用具と洗浄剤で、最も安楽な用具を検証することとした。被験者は、対象患者を体験するため両上肢を行動制限し、眼帯を着用し、実施者はあえて声をせずに体験してもらった。洗浄剤については自分で体験した。

【結果】スポンジブラシ・歯ブラシ・ガーゼ・綿棒・口腔ケアシートの5種類の中で、最も爽快感があった用具は、歯ブラシだった。スポンジは口に入れると違和感や不快感を生じるが、歯ブラシは日頃使用しているため違和感がなく口腔ケアをしていると理解してもらえるのではないかと考える。洗浄剤については、イソジン・水・ほうじ茶・アロマ茶・マウスウォッシュの中で、最も爽快感を感じられたものは、マウスウォッシュであった。患者体験を通して、何をされているか分からない状態でガーゼやスポンジを口に無理やり入れられることは恐怖であると感じた。患者の立場に立った患者中心のケアが大切であると再認識する事ができた。

【まとめ】職員間での体験を通して、口腔ケア用具として最も安楽と思われるものは歯ブラシであった。洗浄剤はマウスウォッシュであった。今後は、この結果と体験を毎日のケアに生かし、より安楽な口腔ケアを目指していきたい。

O-161

初めて経口内視鏡検査を受けた対象がとった苦痛緩和のためのセルフケア行動

加藤千里、早川直子、鈴木香織、藤永仁子
JCHO中京病院 放射線科

【目的】初めて経口内視鏡検査を受ける前に可視化オリエンテーションを受けた対象のセルフケア行動を明らかにする
【方法】研究期間：2018年7月～10月対象：初めて経口内視鏡検査を受けた外来患者及び健診者アンケート内容：「手にとるように流れがつかめる！消化器内視鏡看護」に準じて作成した全11項目倫理的配慮：院内の看護研究支援委員会にて承認を得た分析方法：アンケート結果をエクセルにて単純集計した
【結果】回収率：134名中74名(55%) 1. 背景：対象の年代は、10代～80代。2. 検査前：指示通りにのどの麻酔を飲み込めた対象は93%、麻酔の注意点をあらかじめ知ったことで不安が緩和された対象は95%。3. 入室直後：検査中、良肢位をとる事ができた対象は94%。4. 検査中：軽く目を開けるように心がけることができた対象は94%。口の中にとまった唾液を飲み込まないよう心がけることができた対象は87%。体の力を抜いて検査を受けることができた対象は78%。暖気を我慢することができた対象は68%。検査を安楽に受けるためのポイントをあらかじめ知ったことで、検査を安楽に受けられるよう自分で意識し、行動することができた対象は89%。自由記載には「口頭説明より写真付きの説明は分かりやすかった」等の意見があった。
【考察】苦しさで頭が真っ白になった時でも、看護師の声かけやタッチングにより、オリエンテーションの内容を実践し、辛い検査を乗り切ることができている。このことは、検査のポイントをあらかじめ知ったことで、検査を安楽に受けることができるよう自分で意識し、行動することができたと89%の対象が答えていることにつながっていると考える。今回の結果では、体の力を抜くこと、暖気の我慢は事前に理解していてもセルフケア行動を実践しづらいことが明らかとなった。今回の研究結果をスタッフ間で共有し、患者が効果的にセルフケア行動を実践できるようサポートを継続していく必要がある。

O-162

糖尿病患者のセルフケア看護
～SCAQを使った対話で食生活改善の意識づけができた事例～

新坂瑞穂、若林美由紀、野月千春、酒井礼子
JCHO東京新宿メディカルセンター 看護部

【はじめに】糖尿病患者の教育入院では、インスリン強化療法による血糖コントロールと並行して、退院後の生活を患者自身で管理していきよう支援していくことが重要である。糖尿病を持ちつつ自分らしく生きていくために、患者が主体的に考え意思決定できるように援助をしていく。SCAQ(Self-Care Agency Questionnaire)を使った対話から、患者が生活を振り返り、退院後の生活改善につながった事例を報告する。
【目的】SCAQを使ったセルフケアへの支援の効果と今後の課題を明らかにする。
【方法】入院1週目の糖尿病の知識教育、インスリン・血糖手技を獲得した患者に対し、SCAQ使用し看護師と生活の振り返りを行った。
【結果】対象は50代男性、IT関係会社のデスクワーク業務。清涼飲料水多飲でHbA1c12.8%と悪化し入院となった。強化インスリン療法開始、インスリン・血糖手技、糖尿病知識については理解力良好。入院2週目でSCAQを使った対話をした。得点の分布から患者はインターネットで糖尿病に関する情報を収集しており、治療に対する意欲も強いことが分かった。得点の低い部分から、周囲に協力者がいないことが伺えた。母親死別後から3食外食で、退院後も自炊は不可能。インスリン離脱希望があった。インスリン離脱にむけ改善できることがないか話し合い、注文するメニューに野菜をつけること、バス1駅分歩く、寝休日はやめるという案を出すことができた。内服薬と週1回のGLP1製剤の使用で退院された。
【考察】SCAQを用いた対話では、患者が今まで気をつけていたことを数値化するため、患者自身が現状を捉えやすく、自分の弱みを知り、改善案を自主的に考えるきっかけとなる。看護師は患者が生活で大切にしていること、疾患の捉え方、自分なりに注意していたことを知り、潜在的なセルフケア能力を捉える事ができ、援助につなげることができる。今後の課題は、継続的に退院後の生活を支援していく方法である。

O-163

M(まごころ)G(ご飯)P(プロジェクト)への取り組み

高橋さと美、小野朝美、笹本直人、町田孝也、守屋淑子
JCHO仙台病院 栄養管理室

【目的】当院では一般に普及している温冷配膳車が使用できない等の施設面の問題を抱えている。そこで、老朽化するハード面をカバーするため、特別提供食の新メニューを開発するMGPによる取り組みを開始した。
【方法】1 平成30年7月、調理師と管理栄養士が会議でMGPの役割分担を決定。担当調理師：1食分のメニューテーマと献立を立案。管理栄養士：栄養計算と原価に基づく献立修整。2 食事満足度調査を実施。調査期間：平成30年8月1～11月31日。調査対象：調査期間中にMGPメニューを選んだ患者156名。調査方法：配膳時に自記式のアンケート用紙を配布し回収。調査項目：食事満足度(100点満点で採点)、意見や感想(自由記述) 3 MGPメニューを選んだ患者の選択率(=MGPメニューを選択した患者数/全体の常食の患者数×100)を算出し、2と3の上位と下位のメニューを抽出してその内容を比較検討した。
【結果】調査期間中のMGPメニューの実施回数は16回だった。食事満足度調査の回答率は83.6%だった。満足度の上位は「鶏と秋野菜の釜飯丼」97.5点、「秋の行楽弁当」90.0点、下位は「韓国セット」70.0点「マフィンバーガー」79.1点だった。選択率の上位は「懐かしの給食」26.9%「鶏と秋野菜の釜飯丼」24.0%、下位は「ロコモコ丼」10.3%「韓国セット」12.9%だった。
【考察・まとめ】「懐かしの給食」など魅力的な食事のテーマや「鶏と秋野菜の釜飯丼」など季節感のある献立が支持を得られた。また、選択率が低かったロコモコ丼やビビン麺などは年配者には想像しにくく、選択率が伸び悩んだと思われる。アンケートの回答には、「彩りが美しい」「季節感がある」という意見があった。今回の調査では選択件数の増加には見栄えや味はもちろん、テーマに季節感や特別感をもたらした食事が重要だとわかった。