

5 血液透析者のセルフケア行動と影響を及ぼしている要因

日本医科大学附属病院	○小栗 亜紀 (37回生)
神奈川県立がんセンター	河島 美佐子 (37回生)
日本医科大学附属病院	沢村 純子 (37回生)
北海道大学医療技術短期大学	吉田 安子 (37回生)
大阪府摂津小学校	脇 久美子 (38回生)

I はじめに

近年の透析療法の著しい進歩の結果、透析者は現在8万人以上に達している。¹⁾透析者は、食事や体重などの管理に加え、腎不全に伴う貧血や骨・関節障害、死への不安、時間的拘束、家族周期に絡んだ役割や家族の協力度の問題など、様々な身体的・精神的・社会的な問題に遭遇する。そのような問題からストレス状態に陥りやすくセルフケア行動の継続は難しいといわれている。²⁾³⁾しかし、透析者のセルフケア行動の実態や関与する要因は十分に明らかにされていない。そこで我々は、地域で透析療法を受けながら生活している人のセルフケア行動とその行動に影響を及ぼしている要因を把握し、透析者がセルフケアを行動化し、継続していけるような援助の方向性を見出すことを目的とし本研究を行う。

本研究の目標は、①透析者が行っているセルフケア行動を把握する、②透析者のセルフケア行動に影響を及ぼしている要因を明らかにすることである。

II 概念的背景

本研究では血液透析者のセルフケア行動、セルフケア行動に影響を及ぼしている要因について焦点をあてる。セルフケア行動についてはOremのセルフケアの概念、『自己の生命、統合的機能、及び安寧に役立つように、自己の機能を規制するために自己または環境に向けられる行動』⁴⁾を行動化しているものと捉える。ただし、この場合取り組む意欲はあるが様々な障害があって行動化できないことは含まないものとする。そして透析を生涯続けるという普遍的な状態のなかで、セルフケア要件であるバランスのとれた空気、水分、食物、排泄、活動と休息のバランス、孤独と社会的相互作用、生命・機能・安寧を脅かすもの、正常性の視点からセルフケアを考えた。具体的には、セルフケア行動はセルフケア要件に基づいて血液透析者が透析を継続していく上で大切な行動ということを考慮して、空気は風邪予防、水分は体重管理、食物は食事管理、排泄は排泄促進、活動と休息のバランスは身体的・精神的活動と休息のバランスをとる、孤独と社会的相互作用は家族や友人との関係維持、生命・機能・安寧を脅かすものは合併症予防、シャント管理、正常性は透析生活上の個人的努力についてみていくことにする。

セルフケア行動に影響を及ぼしている要因については、既存の研究結果から年齢⁵⁾、性別⁶⁾、自己管理態度⁷⁾、セルフケアの効果性・便宜性⁸⁾、健康の重要性⁹⁾、生きがい¹⁰⁾、手段的・情緒的支援ネットワーク¹¹⁾を採用し要因図を作成した。

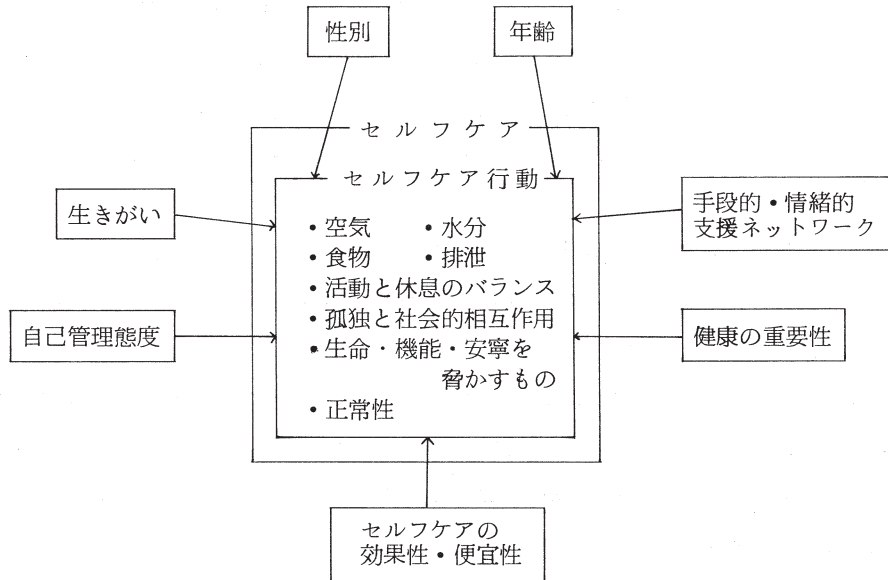


図1. 要因図

Ⅲ 研究方法

- ①対象者：K病院で通院により血液透析療法を受けながら地域で生活をしている人で年齢20歳以上65歳未満の人31名。
- ②データ収集：面接者の質問内容を統一するためにインタビューガイドを作成し、半構成的自由回答式の面接聞き取り調査を行った。
- ③面接実施期間：1990年8月6日～9月26日。
- ④分析方法：目標1についてはセルフケア行動をKJ法により内容を分析した。目標2についてはセルフケア行動に影響していると思われる言葉すべてを抜き出し、KJ法で分類しさらに要因図に当てはまらないものをKJ法で分析した。

Ⅳ 結果および考察

1. 対象者の背景

本研究の分析対象者は30人で、平均年齢は47.1歳、無職者は6人であった。平均透析は7.2年で、殆どの方が高血圧、高脂血症、貧血等、何らかの合併症をもっていた。

2. セルフケア行動と影響を及ぼしている要因についての結果および考察

セルフケア行動は風邪予防、体重管理、排泄促進、活動と休息のバランスをとる、家族・友人との関係維持、合併症予防、シャント管理、透析生活上の個人的努力の具体的内容が明らかになった。(表1)

表1. セルフケア行動の具体的内容(中カテゴリー)

<p>風邪予防のためのセルフケア行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・献立を工夫する ・偏食をしない ・ビタミンを取る ・カリウムを制限する ・カリウムの含有量の多いものを控える ・調理法を工夫する ・食べ方を工夫する ・規則正しく食事を ・検査値を目安にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活をする ・運動をする 	<p>合併症予防のためのセルフケア行動</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・保温する ・外気温との差をなくす ・感染源を遠ざける ・抵抗力を高める ・早期に対処する 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩分を制限する ・調理法を工夫する ・塩分摂取量を少なくする ・検査値を目安にする ・カロリーを調整する(カロリーをあげる) ・脂分を取る ・糖分を取る ・摂取量を多くする(摂取量を維持する) ・(カロリーを少なくする) 	<p>活動と休息のバランスをとるためのセルフケア行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・合併症そのものを予防する ・食事に気をつける ・服薬する ・日常生活で気をつける ・服薬を継続する
<p>体重管理のためのセルフケア行動</p>	<p>排泄促進のためのセルフケア行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的に活動と休息のバランスをとる ・疲労を回復する ・無理をしない ・精神的に活動と休息のバランスを取る ・精神的に疲れないようにする ・ストレスを発散する ・その他 	<p>シャント管理のためのセルフケア行動</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・水分摂取量を調整する ・水分摂取量を制限する ・水分摂取量を調整する ・代償行為を取る ・塩分の摂取量を少なくする ・水分摂取量を把握する ・体質を把握する ・身体症状を自己観察する ・体重計で測定する ・食事摂取量を調整する ・運動をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・尿の自己観察・尿量促進を図る ・尿量を観察する ・尿量を増やす ・便通を調整する ・食事内容に気を配る ・服薬する 	<p>家族との関係維持のためのセルフケア行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント部を保護する ・荷重を避ける ・外傷から守る ・シャント音を確認する ・感染を予防する
<p>食事管理のためのセルフケア行動</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・家族の負担を少なくする ・自分の状態を知ってもらう ・家族の関係を深める 	<p>透析生活上の個人的努力</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・食事をバランスよく取る ・品数を多くする ・基礎食品をバランスよく取る 		<p>友人との関係維持のためのセルフケア行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風邪予防 ・体重管理 ・食事管理 ・活動と休息のバランスをとる ・合併症予防 ・その他
<ul style="list-style-type: none"> ・食事をバランスよく取る ・品数を多くする ・基礎食品をバランスよく取る 		<ul style="list-style-type: none"> ・透析について理解してもらう ・友人、職場の人と交流を深める 	

セルフケア行動に影響している要因として要因図のなかの自己管理態度、セルフケアの効果性・便宜性、健康の重要性、生きがい、手段的・情緒的支援ネットワークは明らかになったが年齢、性別は明らかにできなかった。しかし、新たな要因として『経験』と『意識』の二つが得られた。『経験』は、広辞林¹²⁾を参考に、「実際に見たり聞いたりやったりすることによって得られた知識や技術」と、『意識』は広辞苑¹³⁾と日本語大辞典¹⁴⁾を参考に、「何か物事に気がついている心の動き、自覚すること、またその内容であり、我々の知識・感情・意志のあらゆる働きを含むもの」と定義し分類した。『経験』には「状態が悪くなり死ぬのではないかと思った」「透析者が亡くなっていく姿を見た」のようなものがあった。また何に関する意識かという点で以下のように分かれた。「元気な時より疲れやすい」「尿が出ているので腎臓の破壊まではいっていない」「シャントは命綱である」という『自己の身体機能に関する意識』、「病気が治るのは不可能である」「透析をしているから健康ではない」という『自己の疾病・健康に関する意識』、「一家の大黒柱である」という『自己の役割に関する意識』、「家族に負担をかけているのでこれ以上迷惑をかけたくない」という『家族に関する意識』、「今の生活が一番幸せだ」という『生活に関する意識』、「透析をハンディと思わないようにしている」「みんな生きていくために働いているのだから私も透析を仕事だと思っている」という『透析に関する意識』、「長生きしたい」「死にたくない」という『生・死に関する意識』、「社会とのつながりを保ち、何か社会に役立つことをしたい」という『社会参加に関する意識』に分かれた。

セルフケア行動別に影響を及ぼしている要因を分析すると図2～図10のようになった。またセルフケア行動別に要因の違いをみると特徴的な内容が得られたので、図においては二重枠で示す。なお、排泄促進のためのセルフケア行動において、便通を調整している人は元々便秘気味で透析導入前から行動していた人がほとんどであった。そのため透析を継続していく上で大切な行動とは考えられず、尿の自己観察・尿量を促進するという行動に影響している要因を分析した。合併症予防のためのセルフケア行動についても合併症予防は医療者に任せているという考えで服薬に頼っている人が多く、また食事のセルフケア行動と同様に食事に気をつけるといった内容であったため要因は分析しなかった。

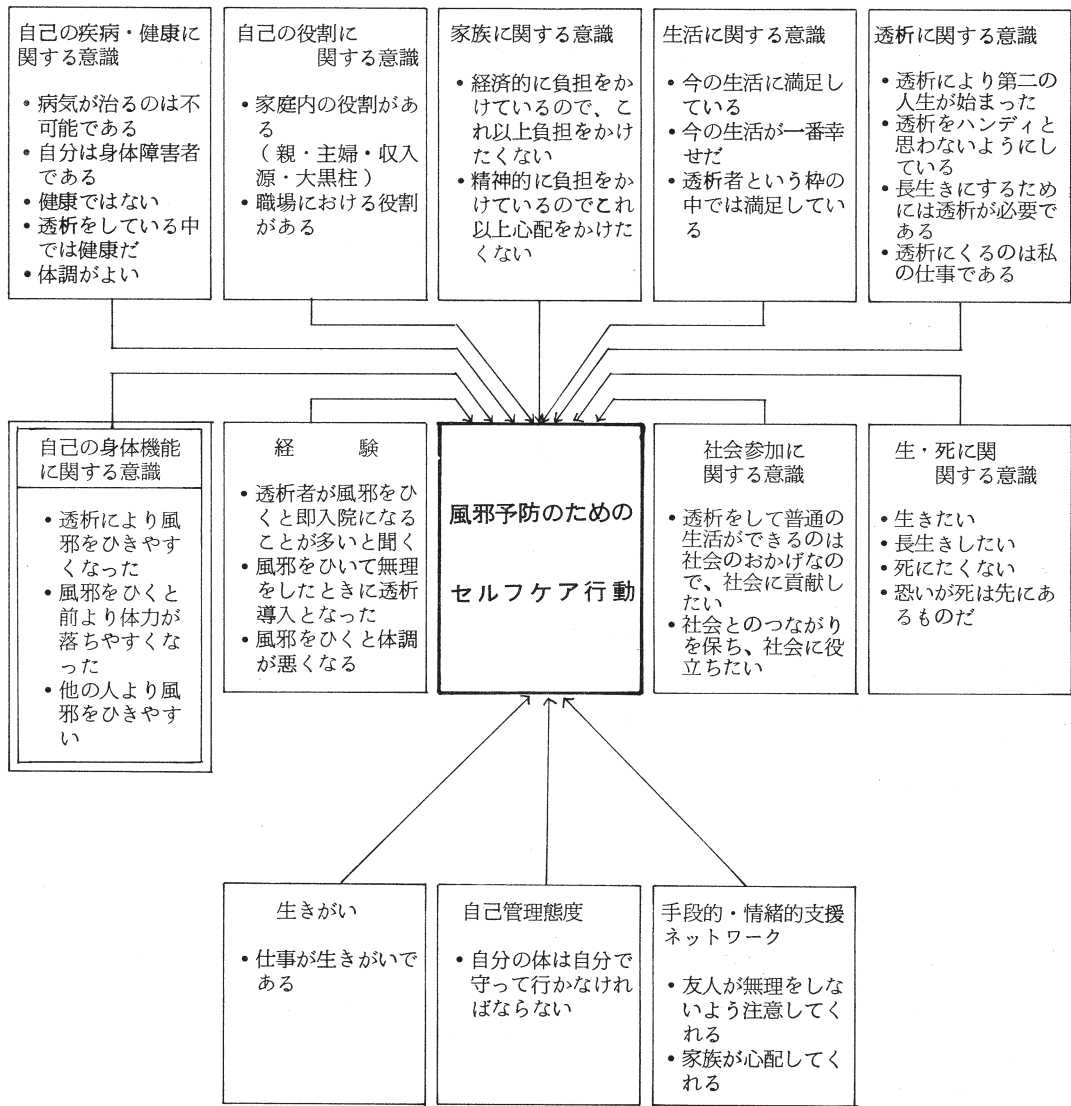


図2. 風邪予防のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

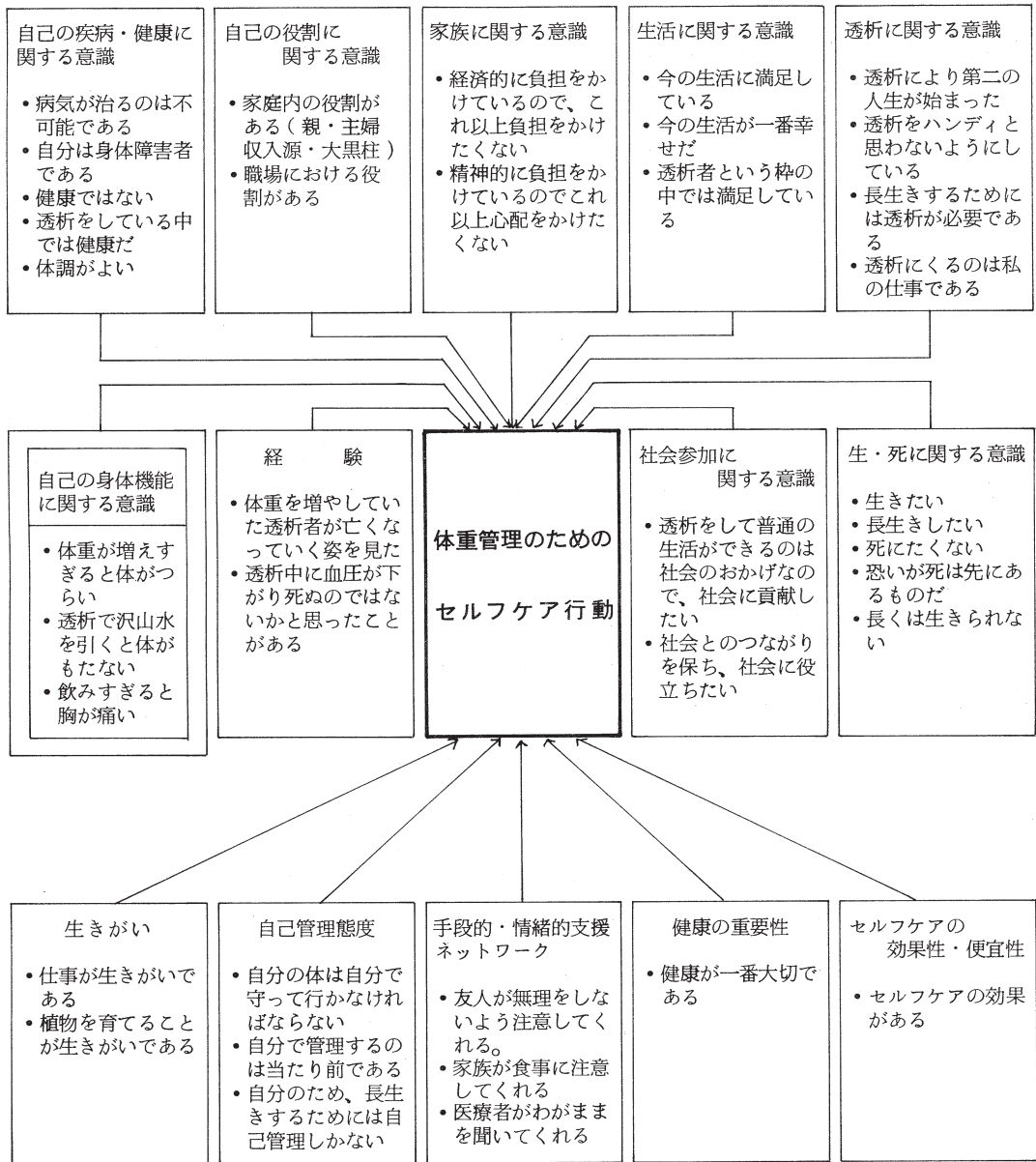


図3. 体重管理のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

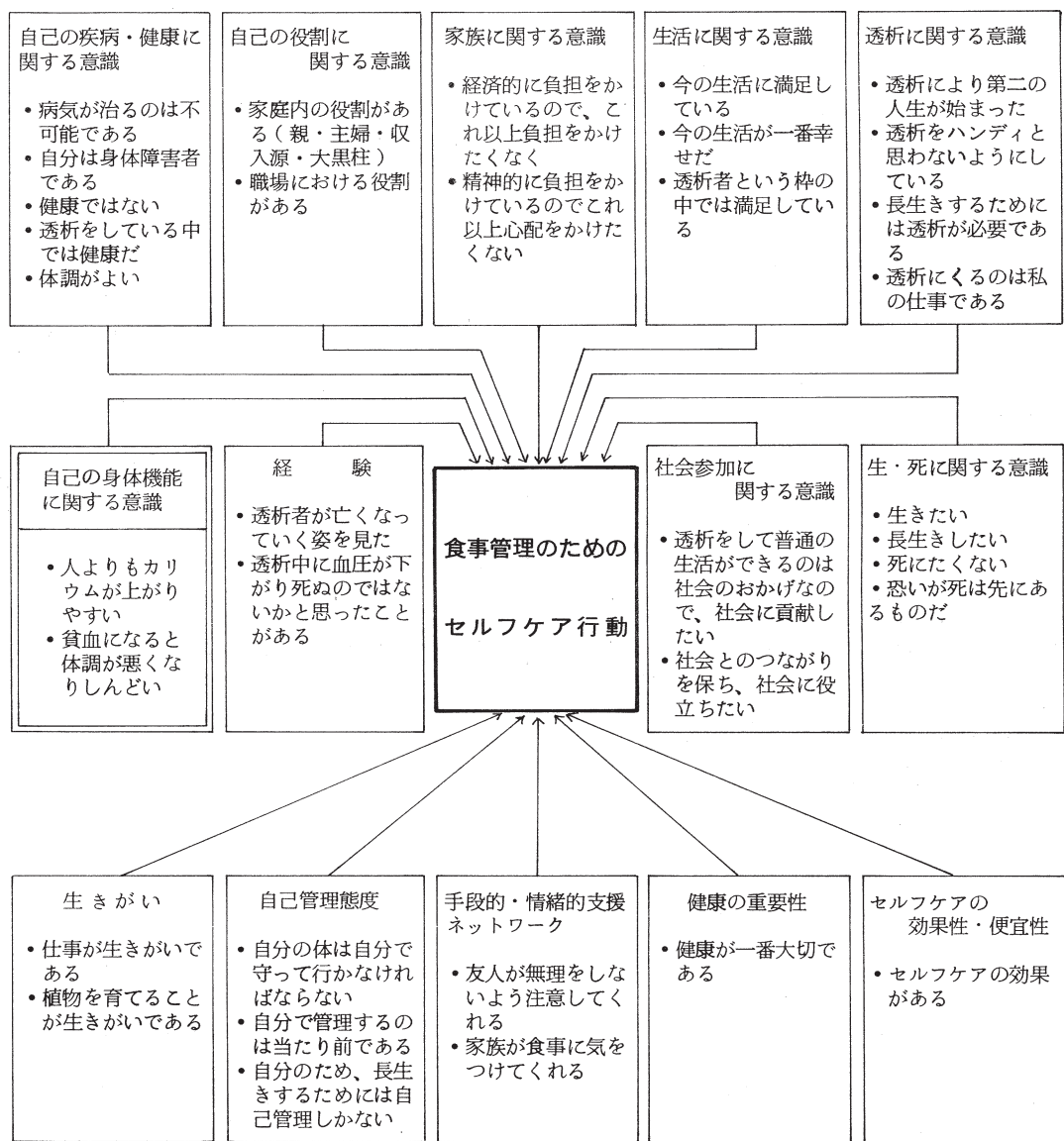


図 4. 食事管理のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

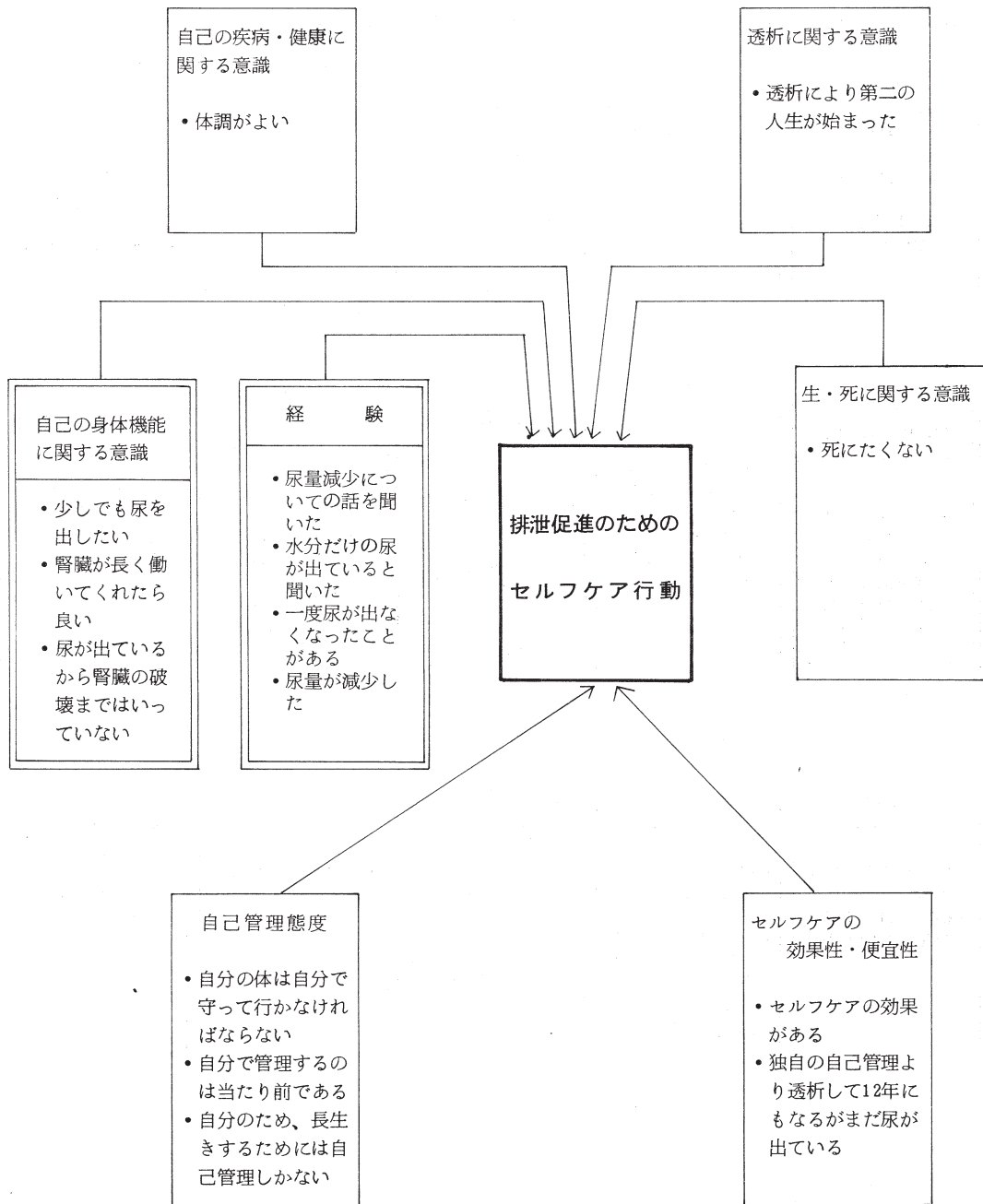


図5. 排泄促進のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

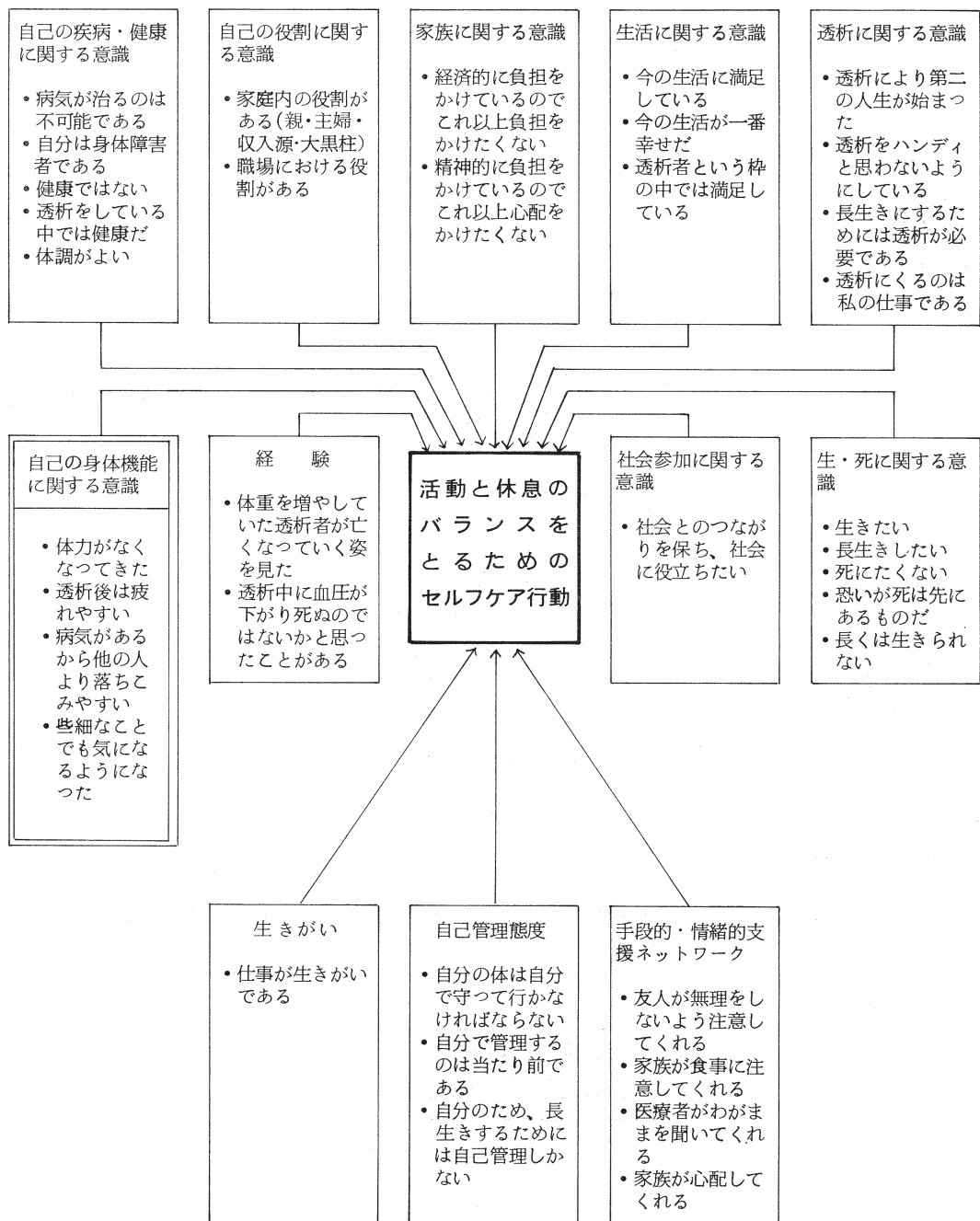


図6 活動と休息のバランスをとるためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

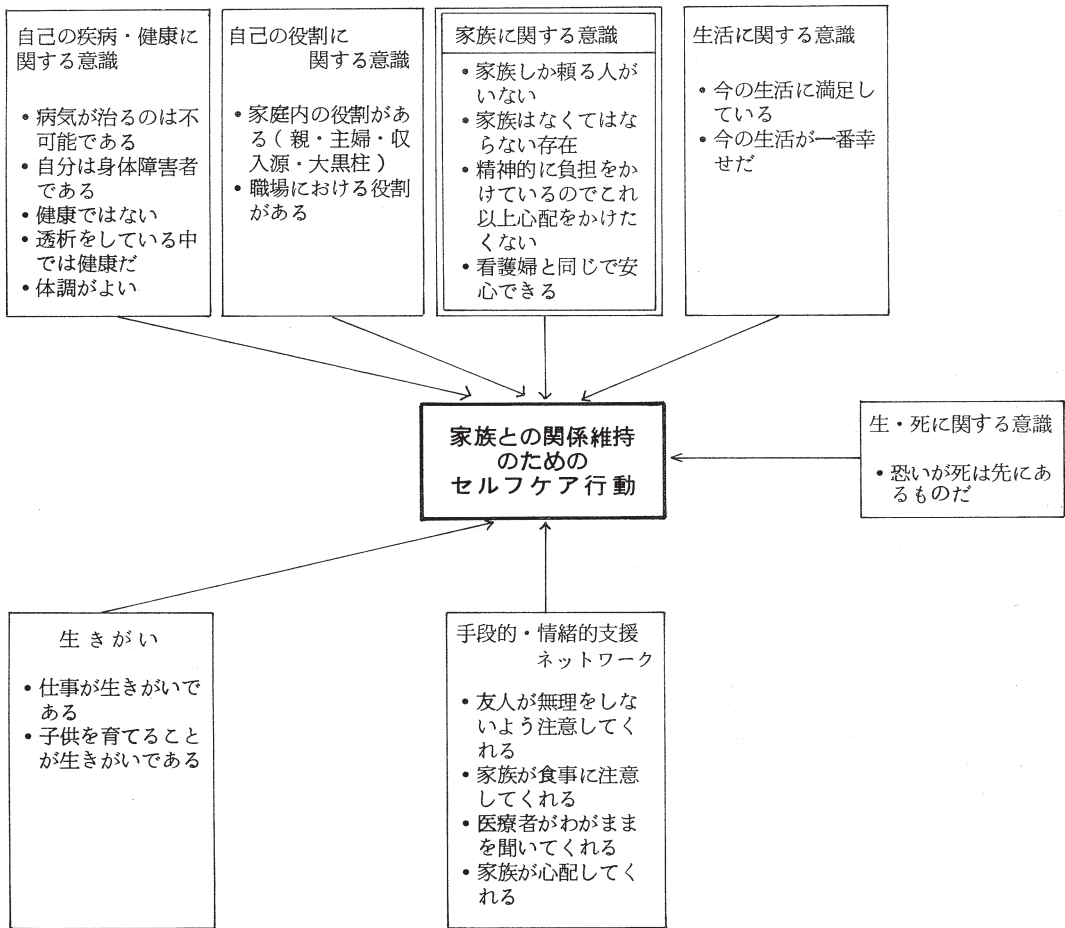


図7. 家族との関係維持のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

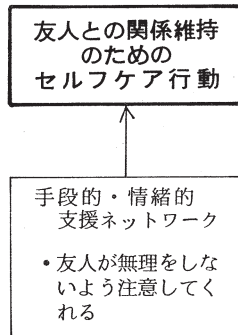


図8. 友人との関係維持のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

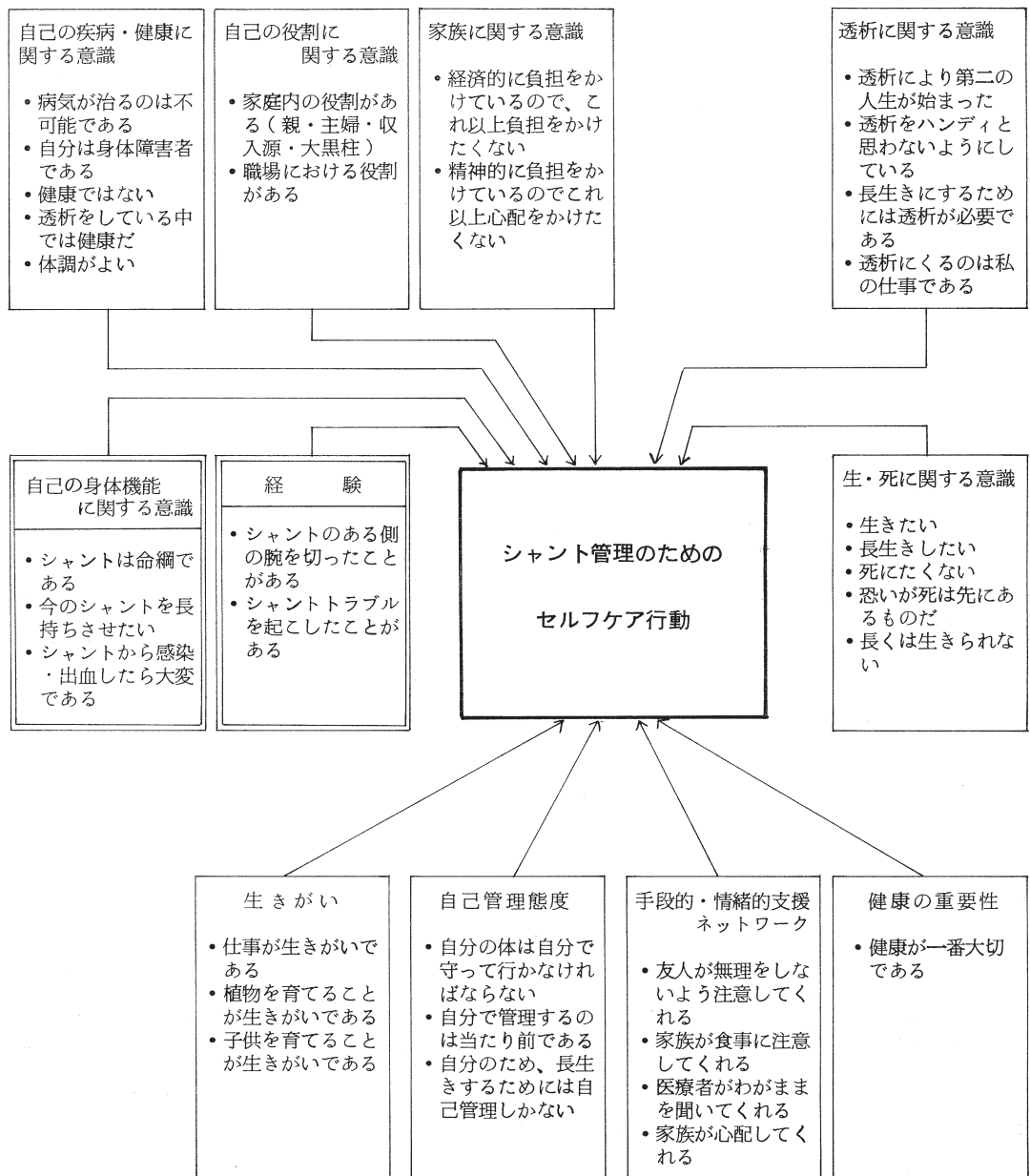


図 9. シャント管理のためのセルフケア行動に影響を及ぼしている要因

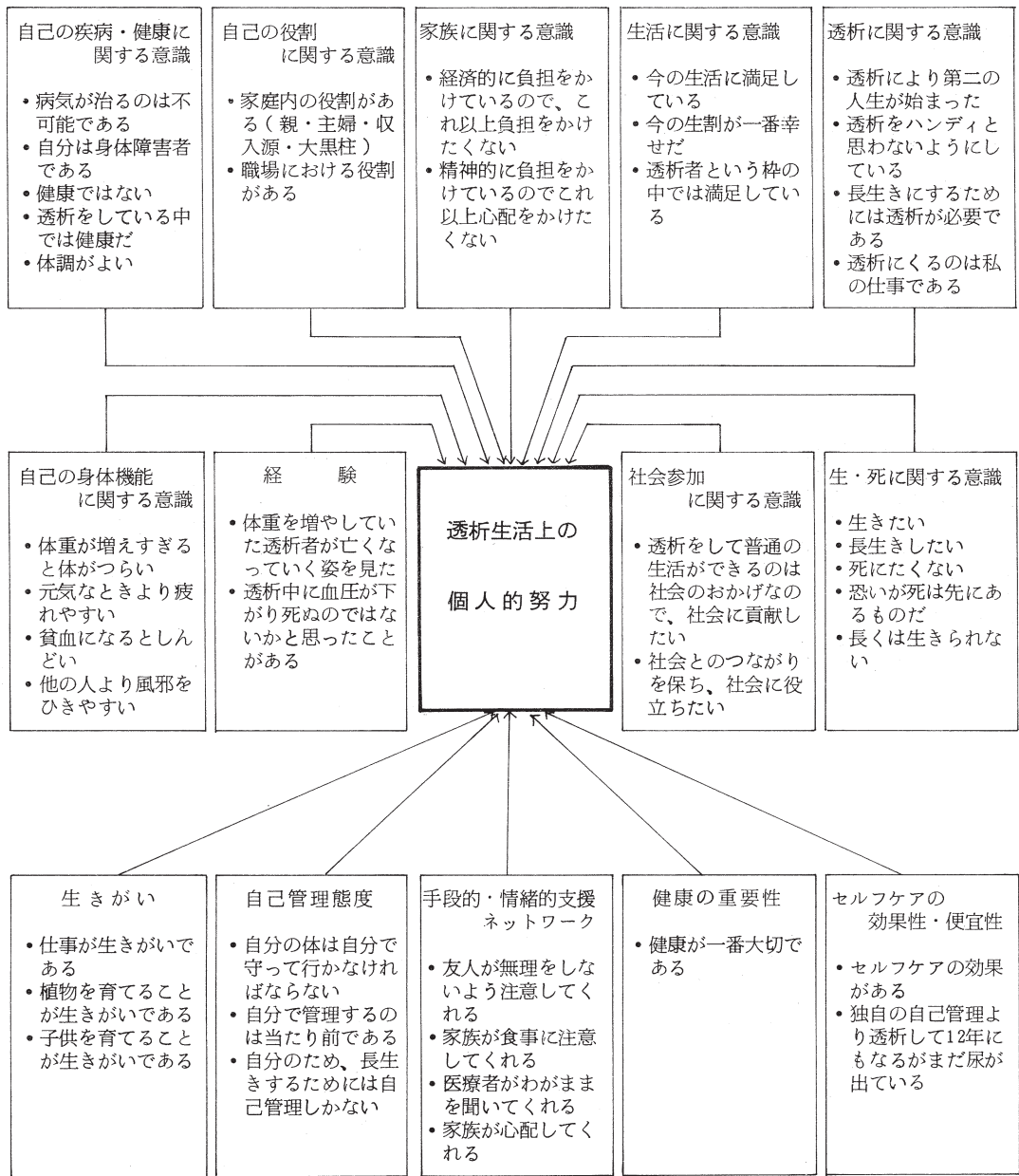


図10. 透析生活上の個人的努力に影響を及ぼしている要因

以上のような要因が明らかになったことからセルフケア行動を行動化するための援助を考えると次のようになる。『自己の身体機能に関する意識』『自己の疾病・健康に関する意識』が影響していたことにより、透析者が自分の身体についてどのように捉えているかを把握し、自己価値観の低下を避けようとして透析を受けている自己を受容できない人に対しては、価値転換理論⁵⁾を用いて、透析をすることは人の価値を下げたりしないことを伝えていくことができると考える。そして、家族や周囲の人と協力して、その人のよい面、残っている機能を評価し支持していくことが大切である。次に『透析に関する意識』『自己管理態度』が影響していたことにより、その人がどのように透析や自己管理を捉えているかを把握することで、その人が原因は内にある(Internal)と考えているのか、あるいは自分以外のものにある(External)と考えている⁶⁾のかがわかる。Externalの人に対しては、Internalityを高めるように働きかけたり、あるいは家族や周囲の人や環境条件に働きかけるように援助していくことができる。さらに、『生きがい』『自己の役割に関する意識』『家族に関する意識』『社会参加に関する意識』が影響していたことにより、透析を組み込んだ形での生活調整をはかり、自分自身の存在価値を認識できるよう働きかけていくことが大切であると思われる。そうすることで自己価値観が高まり、生きる希望がわき、『生・死に関する意識』が生じ、セルフケア行動につながっていくと思われる。一つのセルフケア行動を行っている人は他の行動も行いやすいといわれている⁷⁾が、今回の研究結果からみても各々のセルフケア行動によって影響している特徴的な要因はあるものの、ほぼセルフケア行動に影響している要因は同じようなものであり、これらの影響している要因に働きかけることがさまざまなセルフケア行動の行動化、継続につながるとと思われる。これらの意識を把握することで、その人の意識に応じた動機づけを考えたり、意識を変化させるような働きかけを行っていくことができると考える。また意識を把握し続けることにより、その人の意識の変化に対応することができ、セルフケア行動の継続をはかることができる。さらに意識を把握しようとすることで、その人の心理面の理解が深まり、その行動の意味が理解でき、意識に沿った看護援助が行え、透析者との信頼関係の形成にも役立つと思われる。

V 終わりに

本研究は対象者が30人と少なかったこと、対象者を面接に耐えられる人としたこと、年齢を限定したことから、結果を一般化するには限界があると思われる。また今回の研究方法はセルフケア行動に影響を及ぼしている要因を明らかにすることであったため、各々のセルフケア行動を行っている人においてのみ分析を行った。しかしセルフケア行動に影響している要因として実証していくためには今後さらにセルフケア行動を行っていない人においても分析し、今回の結果と比

較検討していくことが必要である。さらに今回新たな要因としてあげられた経験や意識は、我々が辞書を基にして定義付けているために、結果の信頼性、妥当性が裏付けられていない。今後経験や意識の概念の理解を深め、セルフケア行動に影響している要因として研究していくことが課題であると考え。

本研究の結果は一般化するには限界があるが、今回得られた結果は地域で透析を受けながら生活している人のセルフケア行動に働きかける際にどのようなセルフケア行動を行っているのか、セルフケア行動を行動化し継続していくためにはどのような要因に働きかけていけばよいのかを個別的に把握する際の指標になると考える。そして地域で透析療法を受けながら生活している人がセルフケア行動を行動化し継続していくために個別的な援助関係を形成し、その個人の内面に即した看護活動を行う上で役立つものであると考える。

Ⅵ 引用・参考文献

- 1) 厚生統計協会編：厚生指標，臨時増刊、国民衛生の動向，38(9)，175，1991.
- 2) 金村 元：透析回数がふえてうつ病になった主婦，臨床透析，4(1)，169-173，1988.
- 3) 福西勇夫、久郷敏明、大林公一他：人工透析患者の心理学的側面(第二報)，心身医学，30(2)，132-135，1990.
- 4) D. E. Orem：Nursing Concepts of Practce, McGraw-Hill Book Company, 1985, 小野寺杜紀訳，オレム看護論第2版，医学書院，401.
- 5) 多田敏子、福武千登勢、斉藤和江他：慢性疾患患者の自己健康管理に関連する要因について，日本看護研究会雑誌，7(4)，31-39，1985.
- 6) 5)前掲書，31-39
- 7) 宗像恒次、行動科学からみた健康と病気，メヂカルフレンド社，130-134，1990.
- 8) 大岩外志子、小島操子、高木廣文：慢性疾患患者の保健信念とセルフケア行動に関する研究、I 慢性腎疾患患者の保健信念とセルフケア行動の関係，日本看護科学学会誌，5(1)，56-57，1985.
- 9) 8)前掲書，56-57
- 10) 宗像恒次：健康のセルフケア行動，看護技術，34(9)，1012-1017，1988.
- 11) 10)前掲書，1012-1017
- 12) 三省堂編修所編：広辞林，三省堂，575-576，1987.
- 13) 新村出編：広辞苑，第3版，岩波書店，119，1983.
- 14) 梅棹忠夫、金田一春彦、阪倉篤義他監修：日本語大辞典，講談社，103-104，1989.
- 15) 進藤伸一：障害の受容における価値転換の問題，弘前大学医療技術短期大学部紀要，第14号，86-87，1990.
- 16) 7)前掲書
- 17) 7)前掲書