

前立腺全摘出術後患者への骨盤底筋体操ビデオを用いた患者指導の検討

キーワード：前立腺全摘出術後・骨盤底筋体操・患者指導

1 病棟 7 階東

小林裕子 紙 直子 村上綾子 松田直子 西村淑乃

I はじめに

早期前立腺がんの根治のための標準的治療法として前立腺全摘出術は広く施行されており、当病棟でも年間 20 人以上の患者がこの手術を受けている。手術後の合併症として尿失禁はかなりの頻度で出現しており、骨盤底筋体操（以下、体操と表記）は尿失禁の改善に効果があるという結果が得られている¹⁾。そこで病棟では前立腺全摘出術後患者に対して腹圧性尿失禁対策のビデオ教材を使用して体操の指導を行っている。

患者は入院時や手術前、尿失禁に対する不安を訴えることが多い。関ら²⁾が「尿失禁は日常生活に大きな支障と心身の苦痛を与えるため、QOL の低下につながる現実的問題である」と言っているように、患者にとって尿失禁の改善は重要なポイントであり関心も高いのではないかと考えられる。しかし、入院中に積極的に体操を実施している患者は少人数であり、繰り返してビデオの視聴を希望する患者も少人数で看護師は体操に対して患者の積極性をあまり感じるができなかった。そこで、現在の指導方法に問題があるのではないかと考え、体操を指導した経験のある看護師へ指導方法の実態・体操に対する意識調査を行い、これらの結果から問題点の抽出・対策を検討したので報告する。

II 方法

対象：前立腺全摘出術後患者へ体操を指導した経験のある病棟看護師 15 人
(平成 19 年度新採用者、ローテーション者を除く)

期間：平成 19 年 8 月から 11 月

データ収集方法：質問紙によるアンケート 事前に研究の趣旨・目的・方法を明示し同意を得られた対象へアンケート用紙を配布し無記名で回答。

倫理的配慮：対象に対して事前に研究目的と方法を明示し、その上で自由意思によって本調査の趣旨に同意、理解が得られた対象にのみ調査を行った。アンケート結果から個人を特定することはなく、その内容は本研究以外で使用することはないと説明した。

<アンケート質問内容>

- ・体操をビデオ視聴以外、どのような方法で実施しているか。(複数回答可)
- ・現在行なっている指導方法は患者が体操を実施していく「動機付け」の面で適切と思うか。
- ・現在行なっている指導方法は患者の体操方法を「理解する」面で適切と思うか。
- ・現在行なっている指導方法は患者が退院後も体操を行なっていける「継続性」の面で適切と思うか。
- ・体操を指導するのは主にどの時期か。(複数回答可)
- ・体操は前立腺全摘出術後の尿失禁に対して効果があると思うか。

Ⅲ 結果

アンケート回収率 100% 有効回答率 100%

① 現在行っている体操指導方法の実態について

体操を指導する際、ビデオ教材を使用しているのは対象 15 人中 15 人だった。ビデオ教材を使用した際の具体的な指導方法については「ビデオを患者に見せるだけ」と回答したのは 12 人、「ビデオを見せながら一緒に体操をする」と回答したのは 3 人だった。(図 1)

ビデオ教材以外に追加している体操の指導方法と指導時期については、看護師は複数の患者に指導を行った経験があり、いつも同じ方法で指導しているとは限らず、患者の反応や状態に応じて指導方法や時期を変えている可能性があるため複数回答とした。ビデオ教材以外の体操指導方法の結果はパンフレットによる指導が 8 人で一番多く、口頭での指導が 6 人、実演での指導が 2 人、ビデオ教材を使用した指導のみと回答したのは 7 人だった。患者に体操を指導する時期としては、術前と回答したのは 5 人、術後 1 週間以内が 1 人、術後 1 週間後が 2 人、膀胱留置カテーテル抜去直前が 9 人、抜去後が 2 人であった。(表 1)

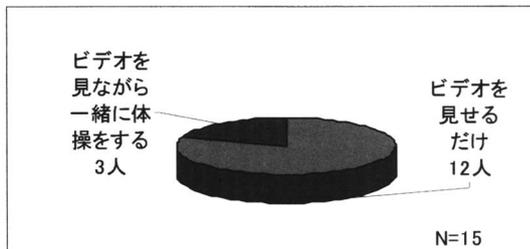


図 1 ビデオ教材を使用した際の具体的な方法

表 1 患者に主に体操を指導する時期 N=15

指導時期	人数
術前	5人
術後 1 週間以内	1人
術後 1 週間後	2人
膀胱留置カテーテル抜去直前	9人
膀胱留置カテーテル抜去後	2人

② 体操に対する看護師の意識について

①で聞いた指導方法が、「患者が体操を実施することへの動機付けの面で適當だと思うか」との問いでは 8 人が適當であると答えている。しかし、「体操の方法を患者が理解する面で適當と思うか」との問いには 10 人が適當と思わないと回答している。体操方法を理解する面で適當と思わないと回答している理由には、「ビデオを見るだけでは理解できないと思う」「体操の種類が多いため 1, 2 回見せただけでは覚えられないと思う」という意見が多かった。また、「患者が入院中から退院後も行なっていける継続性の面で適當と思うか」との問いには 12 人が適當と思わないと回答している。この理由としては「体操内容・方法が覚えられなければ継続もできない」「入院中にも積極的に行えていないため退院後も継続することが難しいのではないか」などの意見があった。(図 2)

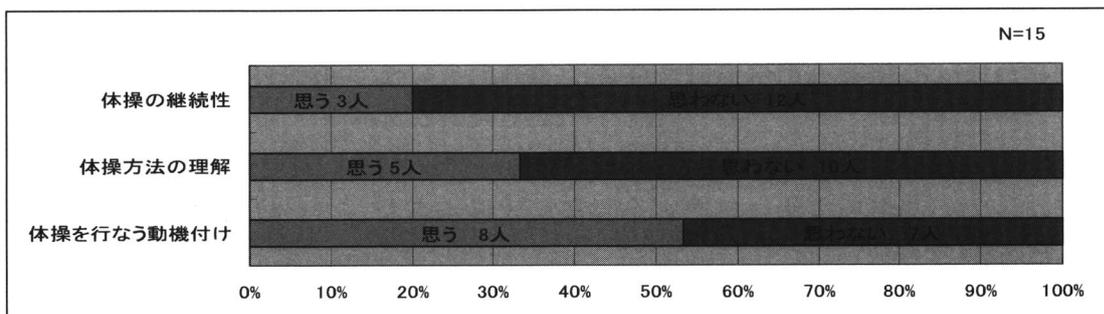


図 2 骨盤底筋体操の「動機付け」「体操方法の理解」「継続性」の面で適當と思うか

「体操自体が術後の尿失禁に効果があると思うか」との問いに対しては「大変効果があると思う」と回答したのは0人であり、「まあまあ効果があると思う」が7人、「あまり効果があると思わない」「わからない」と回答したのはあわせて8人だった。(図3)

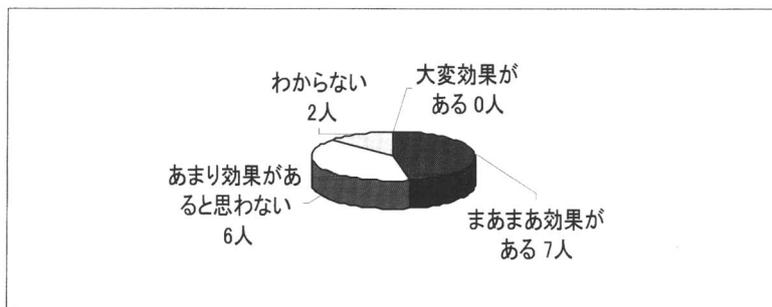


図3 骨盤底筋体操は術後の尿失禁に対して効果があると思うか

表2 アンケート 個人別の結果

看護師	ビデオ教材を使用する	ビデオを視聴する際		ビデオ以外の指導方法			現在の指導方法について			骨盤底筋体操は有効である※
		見せるだけ	一緒に体操をする	パンフレット	実演	口頭	動機付けの面で適当	理解の面で適当	継続性の面で適当	
A	■		■							
B	■		■				■	■		
C	■		■				■	■		
D	■									
E	■									■
F	■						■			
G	■						■			
H	■			■			■			
I	■			■						
J	■			■		■				■
K	■			■		■				■
L	■			■		■	■	■	■	■
M	■			■		■	■	■	■	■
N	■			■	■	■	■	■	■	■
O	■			■		■				■
計(人)	15	12	3	8	2	6	8	5	3	7

■ …該当する、はい □ …該当しない、いいえ N=15

※注：骨盤底筋体操に効果があると思うかの問いについては「まあまあ効果があると思う」を「はい」、「あまり効果があると思わない・わからない」を「いいえ」として表示。

個人別の結果として見てみると（表2）ビデオを視聴する際、患者と一緒に体操を実施していたA、B、Cの3人は、体操の効果については「分からない」または「あまり効果があると思わない」と答えていたが、現在の指導方法について「体操を行なう動機付け」と「方法を理解する」の面では適当であると回答している。一方、ビデオ視聴以外の指導方法を2種類以上とっていた看護師J～Oの6人は全員「体操に効果がある」と回答している。そのうちL、M、Nの3人は現在の指導方法について「動機付け」「理解」「継続性」の面で適当だと思うと回答している。しかし他のJ、K、Oは体操の効果については否定的であった。

一方、ビデオ視聴のみ（ビデオを見ながら一緒に体操する。を除く）、またビデオ視聴に1種類だけ指導方法を加えていた看護師D～Iの6人のうち5人は「体操の効果をあまり感じられない」「分からない」と回答している。また、現在の指導方法について「動機付け」の面では3人が適当と思うと回答しているが、「理解」と「継続性」の面では6人中6人が適当と思わないと回答している。

IV 考察

アンケート結果より、病棟看護師は術後の体操指導に全員ビデオ教材を使用しており、その内の数人は個人的にパンフレットを利用するなどしてビデオ教材に加えて体操の指導を行っていた。

ビデオ以外の指導方法としてパンフレット、口頭、実演の方法をとっているのは全体の約半数であり、それ以外はビデオを使用した指導のみを行っている。対象が少人数のため有意差は認められなかったが、この二つを比較すると体操が術後尿失禁に効果があると思っている看護師、つまり体操に対して知識がある者は、そうでない者に比べて体操の指導を積極的に行えているという傾向にあると考えられた。逆に、「体操の効果をあまり感じられない」「分からない」と回答した看護師はビデオ教材だけで指導を行っている割合が多く、他の指導を加えている者も少ないため、指導を積極的に行えていないように感じられた。このことより、体操に対する知識の差が看護師の指導の積極性に影響していることが考えられた。

術後の尿失禁の改善時期には個人差がある。また、体操は毎日継続することにより効果があるとされており、体操の効果が感じられるのは退院後になると思われる。膀胱留置カテーテル抜去直後から体操を実施しても、膀胱留置カテーテル抜去後から退院までの3～4日間で尿失禁が著明に改善するという事はほとんどなく、入院中に病棟看護師は患者の尿失禁の改善を実感することはできない。また、病棟看護師は退院後の患者との接点がなく、退院後体操を実施できているか、尿失禁はどの程度改善してきているかという経過を知る機会がなく、体操に効果があったのかどうかについても実感することができない。体操の効果について否定的な回答があったのは単に知識不足というだけではなく、このような背景もあったと考えられた。

現在の指導方法についての問いでは、看護師の約半数が「動機付け」の面では適当と思うと回答しているが、体操の「理解」や「継続性」の面については6～7割が適当と思わないと回答している。すべての面で適当であると感じているのは15人中3人のみであり、この3人は体操の効果を理解し、複数の指導方法を施行している看護師だった。しかし同

じように効果を理解し、複数の指導方法を実施している他の3人は、すべての面において適当であるとは感じていなかった。このことから、体操に対する知識の差に関わらず看護師の大半は現在の指導方法に満足していないのではないかと考えられた。

満足する指導方法が実施できていないという要因には、体操に対する知識が不足しているということも1つ挙げられるが、指導期間にも要因があると思われる。結果より、指導時期について膀胱留置カテーテル抜去直前が多かったのは、クリニカルパスでその時期に指導をするとしているので、その影響もあるが「患者の大半が手術前日入院であること」「術後から状態が安定するまではドレーン留置や創痛により、積極的に体操の指導を実施できない」ということも影響していると考えられる。膀胱留置カテーテル抜去直前から指導を始めても、大半の患者はカテーテル抜去後3～4日で退院するため、入院中に指導できる期間は非常に短い。そのため看護師は体操の「動機付け」「理解」「継続性」を患者に習得してもらうには現在の指導では不十分と感じながらも、現状以上の指導を行うことが出来ないのではないかと考えられた。

以上のことより病棟の看護師の多くは体操の効果をあまり実感できていないが、習慣としてビデオ教材を使用して患者に指導しているのではないかと考えた。その原因としては「尿失禁の改善時期については個人差が大きく、退院後の経過について知る機会がない病棟看護師は体操の有効性についてあまり実感できていないということ」また、「病棟では特に看護師に向けた骨盤底筋体操の教育を行っていないため体操に関する知識については個人差がある」ということ、「手術前日入院、術後状態が安定するまでは積極的に体操指導ができないため、実際に指導が可能な期間が短く十分な指導に時間がさけない」の3点が考えられた。

近藤³⁾は、「骨盤底筋体操を成功に導く最も重要な因子は、患者に尿失禁を克服する強い意欲をもたせ、それを持続させることである」と述べている。このことから、現在の問題点を早急に解決し、患者が体操を実施していこうという動機付けができ、体操の方法を理解してもらい、それを退院後も毎日継続していけるような指導を、看護師全員が十分な知識持ち、自信を持って行っていく必要があると考える。

V 結論

現在の体操の指導方法の問題点として①指導可能な期間が短いこと②看護師が体操の有効性をあまり感じていないこと③看護師の体操に対する知識に個人差があること、以上の3点があげられた。この問題を改善する対応策として①に対しては「入院前の外来受診時に体操のビデオの貸し出しやパンフレットの配布を行い自宅で体操の練習を促しておく」また、②③に対しては「看護師が体操の有効性を理解し十分な知識をもって統一した指導を行えるように勉強会等を行う」という対策を検討した。これにより、看護師は体操の有効性について自信をもって指導していくことができ、全看護師で統一した指導が行えるようになるのではないかと考えられる。今後はこれらの対策を実施していきよりよい患者指導を行いたいと考える。

VI 引用文献

1) 清水まき他：前立腺全摘術後の尿失禁とそのケアの現状，第22回東京医科大学病院

看護研究収録, 72 - 5, 2002.

2) 関久美子他: 前立腺全摘除術後の尿失禁に対する指導内容の検討, ウロナーシング, 8 (5), 480 - 4 2003.

3) 近藤厚生: 尿失禁の理学療法, 理学療法, 16 (8), 610 - 614, 1999.

参考文献

1) 今橋まさみ・工藤いづみ・小澤瞳他: 根治的前立腺摘除術を受けた患者の尿失禁に対する思いと骨盤底筋体操の効果, 泌尿器ケア, 10 (9), 90-95, 2005.

2) 中嶋綾子・小林英・高坂久美子: 前立腺全摘出術後の患者の退院後の尿失禁に関する実態調査, 老年看護, 36, 3-5, 2005.

3) 小澤秀夫・西山康弘・松森ゆきみ他: 前立腺全摘除術後の骨盤底筋体操は本当に効果があるの? 泌尿器ケア, 11 (11), 15-18, 2006.

4) 山崎章恵: 前立腺がん術後の尿失禁とその対応, 看護技術, 12, 35-38, 2004.

5) 小倉美都恵・山田富美江・杉本美子: 根治的前立腺全摘除術後の尿失禁に対する骨盤底筋体操の有効性の検証, 成人看護 I, 32, 89-91, 2001.