

無菌室で移植を行う患者のストレス緩和に対する アロマセラピーの有効性の検討

キーワード：アロマセラピー・無菌室・ストレス

1 病階 10 階東

尾崎聖代 大野陽子 西村千秋 岡手京子 山下美由紀

I. はじめに

造血幹細胞移植を受ける患者は、感染回避の為に無菌室に入室する。その間、患者は、大量化学療法(通常の 10 倍以上)や全身の放射線照射、移植片宿主免疫反応(以下 GVHD)などに伴う身体的苦痛を抱え、ベッドから起き上がることも出来ず閉眼したままで終日臥床していることが多い。また、病状不安、隔離による孤独感などの精神的ストレスも抱えている。私たちは、症状緩和、十分な説明、傾聴、環境改善などのケアを行っているが、患者の苦痛やストレスは緩和出来ていない。そこで、患者のストレスフルな状況を少しでも回避できる時間を提供したいと考え、アロマセラピーに着目した。アロマセラピーは、疼痛緩和やストレスマネジメントなどにその役割を果たす補完・代替医療である¹⁾。これまでにストレス緩和に効果が得られたという報告はあるが、無菌室入室患者を対象とした報告はほとんどない。今回、造血幹細胞移植を受ける無菌室入室患者にアロマセラピーを実施し、その有効性について検討した。

II. 研究目的

無菌室にて造血幹細胞移植を受ける患者のストレス緩和にアロマセラピーが有効であることを明らかにする。

III. 方法

1.対象者：造血幹細胞移植を行うために無菌室に入室し、承諾を得られた 8 名。男性 7 名、女性 1 名で、平均年齢 45.5 歳、8 名全員が、初めて無菌室へ入室し、造血幹細胞移植を行う患者である(表 1)。

表 1 対象者の背景

	年齢	性別	疾患名	アロマセラピー施行中の状態
A 氏	34 歳	男性	急性骨髄性白血病	倦怠感あり。
B 氏	38 歳	男性	悪性リンパ腫	発熱、嘔気、頭痛、倦怠感あり。
C 氏	39 歳	男性	ホジキン病	微熱持続、軽度の嘔気あり。
D 氏	41 歳	女性	急性骨髄性白血病	嘔気、嘔吐あり。放射線照射による皮膚搔痒感あり。
E 氏	46 歳	男性	急性骨髄性白血病	落ち着きなし。強度の頭痛あり。
F 氏	55 歳	男性	急性リンパ性白血病	嘔気にて食欲低下。高カロリー輸液開始。
G 氏	55 歳	男性	汎血球減少症	嘔気、頭痛あり。不安の訴えあり。
H 氏	56 歳	男性	急性骨髄性白血病	緊張にて多弁。原因不明の胸部症状あり。

2.調査期間：平成 19 年 7 月～9 月

3.調査方法

- 1)鎮静・抗うつ作用によりストレス緩和に効果があるとされている 3 種類の精油(ラベンダー・ベルガモット・ローズウッド)を用いた。倦怠感や嘔気などの症状が出現し、身体的苦痛が強い時にでも簡易な方法であること、無菌室という終日換気という状況を踏まえ、経皮・経鼻吸収としてより持続的な効果がねらえることを考慮し、2%濃度のアロマクリームを作成した。
- 2)対象者に 3 種類のクリームの中から好みの香りを選択してもらった。
- 3)アロマセラピー実施前に、パッチテストを行い、担当医の許可を得た。
- 4)アロマセラピー実施前に、毎回、患者の全身状態を把握し、実施してよいか担当医に確認した。
- 5)移植日をはさんだ前後 2 日の計 5 日間(以下移植当日を Day0 とし、5 日間を Day-2,-1,0,1,2 とする)、患者自身に 1 日 2 回(朝・夕)、1 回 2g(ひとすくい)を両前腕に塗布してもらった。

4.データ収集、分析方法

アロマセラピー実施前(Day-2)と実施後(Day2)に POMS(短縮版)質問紙票を行った。また、実施後にアロマセラピーの感想について聞き取り調査を行った。

POMS の各項目ごとに、アロマセラピー実施前と実施後の得点で t 検定を行い、統計処理は Excel を用いた。

5.倫理的配慮

本研究の趣旨と方法、研究で得られた情報は本研究以外では使用しないことを口頭と書面により説明し、同意を得られた患者のみを対象とした。

IV. 結果

1.アロマセラピー実施前後の POMS 得点(T 得点)の変化

「緊張－不安」は、実施前 53.3、実施後 48.5 と 4.8 点減少。「抑うつ」は、実施前 54.4、実施後 51.5 と 2.9 点減少。「怒り」は、実施前 41.8、実施後 44.2 と 2.4 点増加。「活気」は実施前 38.4、実施後 37.5 と 0.9 点減少。「疲労」は、実施前 55.1、実施後 64 と 8.9 点増加。「混乱」は、実施前 47.0、実施後 43.8 と 3.2 点減少。いずれの項目においても有意差はみられなかった(図 1)。

「緊張－不安」、「抑うつ」、「活気」、「混乱」の 4 項目で得点が減少し、「怒り」、「疲労」の 2 項目で、得点が上昇した。

2. アロマセラピー実施後の対象者の感想

「気分転換になった」という感想が最も多く聞かれ、他に、「気が楽になった」「好きなにおいがして心地よかった」、「リラックスできた」、「クリームで使いやすかった」、「頭が痛くて薬も効かないときにアロマにすぎた」などの感想があった。

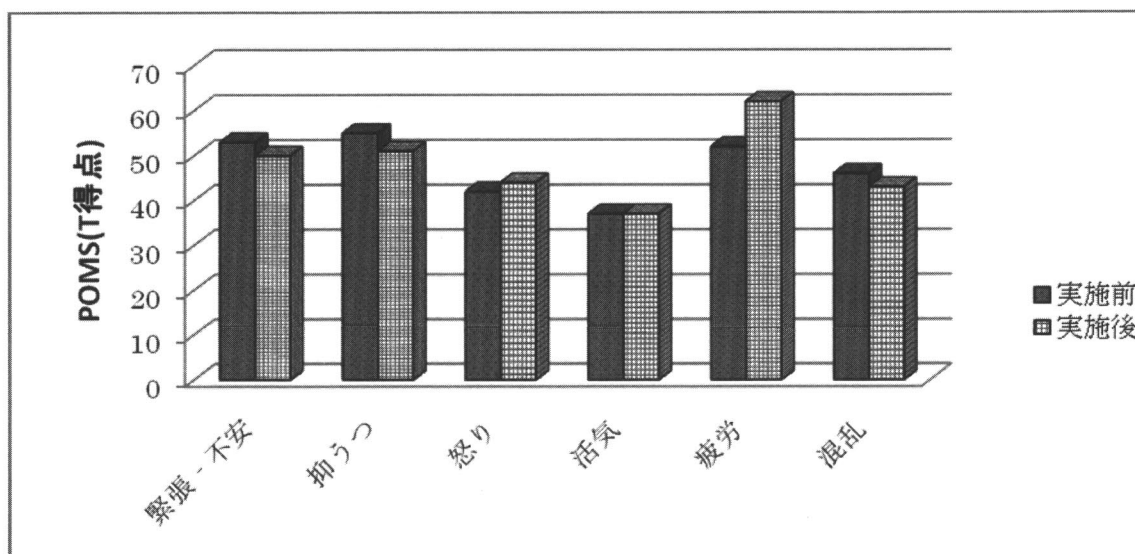


図 1 アロマセラピー実施前後の POMS(T 得点)の変化

V. 考察

アロマセラピー実施前後の POMS 得点の変化では、有意差はみられなかったものの、「緊張-不安」、「抑うつ」、「活気」、「混乱」の 4 項目で得点が減少し、「疲労」「怒り」の 2 項目で得点が上昇した。2 項目で得点が上昇した原因として、アロマセラピーが逆効果をもたらしたという訳ではなく、対象者全員に発熱や頭痛、嘔気などの移植前処置に伴う副作用があったことや、移植 (Day0) が無事に終了し、移植前の極度の緊張から解き放たれた安堵感があったことなどが考えられる。村上らは、「あらゆる副作用は ADL の低下、イライラ感、不眠を招く」²⁾と述べており、副作用によって思うように動くことが出来ない苛立ちなど、副作用の出現に関連し、「疲労」のみならず、「怒り」の得点も上昇したと考えられる。これらのことから、POMS 得点の変化では、無菌室入室患者のストレス緩和に対するアロマセラピーの効果は明確にならなかった。

しかし、アロマセラピーの感想では、「気分転換になった」、「気が楽になった」など快の意見が多数聞かれ、アロマセラピーは、ストレスフルな状況にある無菌室入室患者の気持ちを和らげるという点で効果があったと考えられる。無菌室看護について、松田は、「無菌室において、身体的苦痛を体験している患者を精神的に支持し、安定させるために、看護師は患者に対して、気にかけていることを伝えること、気持ちを和ませること、可能な限りの「快」を提供しようとするなどなどのケア行動が重要である。」³⁾と述べている。このように、無菌室看護は、緩和的アプローチが要求される分野である。今回、客観的評価においてアロマセラピーの効果は明確にならなかったものの、無菌室入室患者の気持ちを和らげ、快を提供することが出来たことから、今後も無菌室でアロマセラピーを取り入れていくことに意義があると考えられる。

アロマセラピーには、ストレス緩和の他に、催眠・制吐・鎮痛・殺菌などの多様な作用がある。また今回は、身体的苦痛が強い状況の中でも、アロマクリームという簡易な方法を選択したことで、全員がアロマセラピーを中止することなく継続することが出来たと考えられるが、アロマセラピーの実践方法としても手・足浴、マッサージなどの多様な方法がある。それらを応用し、無菌室入室患者の身体的・精神的症状緩和に活かして

いくために、アロマセラピーの看護基準を作成、導入したところである。

また、アロマセラピー以外にも、無菌室入室患者に対する緩和的アプローチの方法を検討していくことが今後の課題であり、無菌室看護を行っていく上で重要であると考え

VI. 結論

1. 無菌室にて造血幹細胞移植を行う患者のストレス緩和を目的にアロマセラピーを実施した。
2. POMS 得点の変化では、無菌室にて造血幹細胞移植を受ける患者のストレス緩和に対するアロマセラピーの効果は明確にならなかった。
3. アロマセラピーの効果は明確にならなかったが、患者から快の感想が多く聞かれ、ストレスフルな状況にある無菌室入室患者の気持ちを和らげるという点で効果があることが示唆された。
4. アロマセラピー以外にも、ストレス緩和に対するアプローチを検討していくことが、無菌室看護を行っていく上で重要である。

参考・引用文献

- 1) 小山めぐみ：アロマセラピー, 臨床看護, 31 巻 3 号, 305-309, 2005.
- 2) 村上摩利, 安平絵美, 佐保美恵子：無菌室入室患者の心理状況の変化, 日本看護学会論文集(成人看護Ⅱ), 35 号, 358-360, 2004.
- 3) 松田光信：無菌室で生活する患者に対する看護婦・士の精神的ケア行動の意味と構造, 日本看護科学誌, 21 巻 2 号, 64-73, 2001.
- 4) 長谷川素美：ナースのためのアロマセラピー, 日本アロマセラピー学会看護研究会, 2005.
- 5) 横山和仁：POMS 短縮版手引きと事例解説, 金子書房, 2005.
- 6) 我妻あゆみ：セミクリーン入室患者のストレス要因と対処行動, 日本看護学会論文集(成人看護Ⅱ), 31 号, 182-184, 2000.
- 7) 藤井宝恵, 児玉和紀, 岡田浩佑他：無菌室管理下に置かれた急性骨髄性白血病患者の QOL, がん看護, 8 巻 2 号, 155-160, 2003.
- 8) 中村水穂, 井上愛子, 大谷真穂他：ターミナル期にある患者のストレスに対するアロマセラピーの有効性の検討, 看護総合, 36 号, 103-106, 2005.
- 9) 小坂橋喜久代：補完代替医療における看護療法の位置づけと課題, 看護研究, 39 巻 6 号, 449-456, 2006.