

T. H. R. の術前指導用紙の作製を試みて

14階西 ○長崎晴美 尾崎 須藤 林田 西村 中尾 佐々木 阿部
松ヶ崎 小林 今 今井 若林 高橋 金子 福土 穴田
鈴木 佐藤 谷生 小出 郡司

はじめに

人工股関節全置換術 (Total hip replacement = THR と略す) は、整形外科における代表的な術式の一つである。THR 術後は、仰臥位のまま、両下肢を外転保持枕 (アブダクション・ピロー=外転ピローと略す) で固定した状態が、2～3週間と長期にわたるため、術前からADLの訓練が必要となる。

今まで、THR 適応患者に対して、院内の一般的な指導用紙を用いて、術前指導を行っていた。そのため、患者自身の不安の増大・術後のADLの拡大が図れない・術後の安静度の把握がされにくい、などの問題が生じていた。

院内用紙のみでは不十分であり、THRの特殊性をふまえた指導の必要性があると思われた。そこで、安全安楽な術後回復の援助を提供することができるように、THR用の術前指導用紙の作製を試みたので、ここに経過報告する。

研究期間

平成2年4月初旬～11月下旬

目的

患者が術後の安静度を把握し、ADLの拡大を図ることができる。

実施・方法

現状の問題点を明確にするために、THR術後の患者に対し、質問紙法を用いて調査した。その結果、患者側からは、術後の経過や、排泄・食事・洗面等のADLに対しての不安が最も多かった。また、術後の制限された肢位保持が守れない、などの安静度に対する問題があった。

看護婦側からは、口頭説明による指導は統一性に欠け、患者の理解の程度が分かりにくい、という問題があった。

以上の問題の改善策として、術前指導の改良を目指

し、「THR用術前指導用紙」の作製をあげた(用紙①・②参照)。

方法として、

- 実施期日：手術3～4日前
- 実施者：日勤受け持ち看護婦
- チェックリスト評価及び記入者：患者及び指導にあたった看護婦
- 安静度表掲示場所：ベッドサイドのスチール戸棚

結果

用紙①・②を実施した結果として、用紙①について“1.筋力アップトレーニング”と、“4.生活環境の工夫について”は、患者に説明をし理解を得た。筋力アップトレーニングは、病棟内で積極的に行うようになった。をベッド柵に紐でしばり付け、床頭台の脇に籠を取り付けるなど、身の周りの整理整頓に努めるようになった。“2.外転ピロー”は、その場で実際に両下肢の固定を行った。また、開脚制限のある患者には、外転ピローの説明をし、実物を見せるのみとした。“3.日常生活について”は、仰臥位で実際に排泄・食事・洗面を訓練し、その都度、チェックリストに評価・記入をした。不十分な点については、再度指導を行った。“5.後療法”は、用紙②を用いて術後の安静度を実際に体験した。体験できない患者(大腿骨頸部骨折などベッド上安静臥床中の患者)には、説明のみとした。

評価・考察

用紙①・②を用いて術前指導を行った患者に、意見を聴取した。その結果、「チェックリストがあったので術前訓練が取り組みやすかった。」「術後の状態がイメージできた。」などがあった。用紙①のチェックリストがあったため、訓練をする時間を持ち、看護婦とともに実施・評価するようになった。また、患者自らの希望により、術前に外転ピロー固定を行い就寝する例もあった。患者は自信を持って積極的に術前訓練に取り組むことができ、不安の軽減につながった。ま

た、以前は仰臥位での排泄への抵抗が強く、心因性の排尿困難や全介助を必要とする患者が多かった。しかし、術前訓練により自力で尿器を使用し排尿できる患者も増え、また、翌日から自力で食事・洗面ができるようになった。このように、ADLの拡大がスムーズに図られるようになった。

用紙②使用前は、制限された肢位保持が守れず、「痛くないから大丈夫だろう。」「これくらいはいいだろう。」などの自己判断により、安静度が守れない患者が多かった。特にリハビリテーション過程において、誤った自己判断により脱臼をきたす例もあった。しかし、用紙②を使用することにより、「ここまではできる。」と認識を持てるようになったために、正しい安静度が理解できるようになった。

看護婦側においては、THRに関する知識や認識の差により、口頭での説明にばらつきがあったが、用紙①を用いることにより、必要事項を統一して説明できるようになった。また、チェックリストを使用することにより、どの看護婦も、患者の達成段階が把握しやすくなった。また、術前に達成できなかった項目が明確なため、個人差をふまえて術後指導を行うことができるようになった。

以上のように、用紙①・②を用いての術前指導は、不安の軽減・ADLの拡大・安静度の理解につながり、一貫した術後指導に反映されたのではないかと思われる。

用紙②

人工股関節全置換術々後の安静度表

| | | |
|---|---------------------------|-----------------------------------|
| / | Bed上臥床 | |
| / | Bed up 30°可 | |
| / | Bed up 60°可 | |
| / | Bed up 90°可 | 日中外転ピロー除去し、就寝時外転ピロー固定とする。 |
| / | 端坐位可 | Bed side ブラブラ運動 Bed side 足踏み運動 |
| / | 車イス移動可 | ※患肢に体重をかけず、ひねらない様、注意して移動する。 |
| / | 松葉杖歩行可 (歩行器、松葉杖、一本松葉杖) | リハビリでの訓練あり。 |
| / | 一本杖歩行可 | 退院への準備となる。 |

今回の研究で改善する必要性を感じ、再検討する点として、チェックリストの活用方法・年齢や性格などが異なるためにその対象に応じた対処・安静度表の内容の具体化、などが残された。これらを改善できるように、今後評価し、よりよい看護が提供できるように、努めて行きたい。

おわりに

THR術後の安静度とADLの拡大は、後療法の一貫として重要であり、影響が大になるため、患者の理解を高めていくことが大切である。術前指導は、患者の理解度や年齢などの個別性をふまえることが必要であると、再認識した。

今回、短期間の試みであったため、不備な点が多く、この検討を今後に生かしていきたい。

参考文献

- 村瀬鎮雄・吉田和子編集：変形性股関節症の人たちのために ぶどう社
 河路渡・三浦幸雄編集：整形外科Q&A2 各論1 金原出版
 正津晃 他：図説臨床看護シリーズ5 成人整形外科・形成外科・リハビリテーション 学習研究社
 赤松功也：整形外科クイックリファレンス 文光堂

人工股関節置換術を受けられる患者さんへ

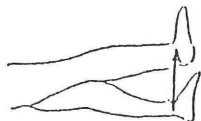
今回、手術をするにあたり、しばらくベッド上での生活となります。そこで、患者さんに手術前に練習していただく事、また必要なポイントについていくつか説明します。

1. 筋力アップトレーニング

手術後、筋肉を使わないでいると、筋力が低下します。そのために、できるだけ手術前に筋力をつけておきましょう。

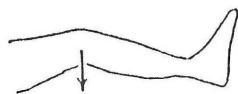
(リハビリセンター・病室で行います。)

①



膝を伸ばしたまま、足先だけを上げる感じで、片足づつ上げます。

②



膝を、下に押しつけるように、太ももに力を入れます。

2. 外転ピロー

手術後、“外転ピロー”という台形の枕で両足を固定します。

“外転ピロー”は、股関節の脱臼を予防するための物です。

この外転ピローをつけたまま、排泄・食事・洗面を行います。

手術前に、何回か自信がつくまで練習しましょう。

3. 日常生活について

1) 排泄

お小水は、尿器でとる事になります。上手にできるようになるまで頑張りましょう。便器は使用の許可がでるまで使えません。

2) 食事

手術後、翌日の朝からお粥が出ます。食べられるようになったら、米飯になります。食べやすいように、おにぎり、パンなどの希望もできます。仰向けに寝たまま食べる事に慣れるための練習をしておきましょう。

3) 洗面

朝・夕方に、おしぼりタオルと洗面セットを配ります。仰向けに寝たままで行いますので、歯みがき粉は少量にし、口を濯ぐ時は、ストローを使います。水を吐き出すことが難しいと思いますが上手にできるようになるまで頑張って練習しましょう。

4. 生活環境の工夫について

起き上がれるようになるまで、2～3週間程あります。必要な物はできるだけ手の届くところに置き、ベッド周囲はいつもきれいにしておきましょう。床頭台の横に、ポケット・ラックをつけると便利です。

5. 後療法

手術後、徐々に安静度が上がっていきます。ベッドアップ・ブラブラ運動・車椅子・松葉杖へと、それぞれ看護婦が説明をします。慣れるまでは一緒に行います。手術前に実際練習してみましょう。

手術後の安静度表を渡しますので、自分の安静度を守るために、記入するようにしましょう。あくまでも目安ですから、必ず医師・看護婦の指示に従って下さい。

(評価)

上手にできる……○) できない……×
まあまあできる……△

《手術前訓練チェック・リスト》

| | / | | / | | / | |
|----|--------------|----|--------------|----|--------------|----|
| | 項目 | 評価 | 項目 | 評価 | 項目 | 評価 |
| 排泄 | 尿器のあて方 | | 尿器のあて方 | | 尿器のあて方 | |
| | 排便できる | | 排便できる | | 排便できる | |
| | 排便できる | | 排便できる | | 排便できる | |
| 食事 | 寝たまま食べられる | | 寝たまま食べられる | | 寝たまま食べられる | |
| | こぼさない | | こぼさない | | こぼさない | |
| | 飲み物が飲める | | 飲み物が飲める | | 飲み物が飲める | |
| 洗面 | 歯みがきができる | | 歯みがきができる | | 歯みがきができる | |
| | 口をゆすぐことができる | | 口をゆすぐことができる | | 口をゆすぐことができる | |
| | ストローで水を吐き出せる | | ストローで水を吐き出せる | | ストローで水を吐き出せる | |