

理想的なナースシューズについての一考察

14階東 ○志鎌悦子 石井 川並 目黒 門脇

I はじめに

白衣やナースキャップは、看護婦の象徴として注目されている。しかしナースシューズは、看護婦という職務に切っても切れないものであるにもかかわらず、あまり重要視されていないのが現状である。

看護業務上、広い病棟内の移動や長時間の立ち仕事さらにベッド周囲での無理な姿勢のケアなど、看護婦の足への負担は大きい。そのため、ナースシューズは単なる衣服の一部ではなく、看護婦の健康面や仕事の機能に、直接関わっているものである。現在私達が着用しているナースシューズは、昭和56年以来同じ型のものであり、1年に2足の支給と選択の幅がなく、与えられたものを漫然と履いている。又、ナースシューズを履き、職場で働いている時間は、日常生活で普段の履物を履いている時間に比べ遙かに長いが、日常の靴を選ぶ時のように、慎重に選ぶことができないのが現状である。

そこで、当院で支給されているナースシューズの現状を知るために、院内の看護婦にアンケート調査を行ったので、結果をここに報告する。

II 研究方法

1) アンケート調査

期 間：平成3年9月20～9月28日

対象者：329名(当病院看護婦 病棟 284、外来45)

調査内容：無記名回答質問紙法

回収率：90.6%

有効回答率：95.6%

表1 対象者の年齢別分類 表2 対象者の職場別分類

年齢(才)	総数285人(%)
21～23	85(29.8)
24～27	103(36.1)
28～30	34(11.9)
31～35	32(11.2)
36才以上	31(10.0)

職 場	総数285人(%)
外 来	45(15.8)
外科病棟	167(58.6)
内科病棟	73(25.6)

2) 下肢周囲の計測

期間：平成3年12月1日～12月6日

対象者：14階東看護婦23名

調査内容：日勤前後での下肢(ふくらはぎ、足関節、土踏まず)の周囲の計測をし、差位を求めた。

III 結果・考察

現在着用しているナースシューズの、安全性・通気性・安定性・デザイン・耐久性における不満・希望を明確にするためにアンケートを行った。その結果 285人中 277人(96.5%)がサンダル式、8人(3.5%)があみあげ式を着用していた。8人のあみあげ使用者のうち7人が31歳以上であり、年齢が高い人にあみあげ式の人が多かった。これは、若い人ほどデザイン、通気性を重視し、年齢が高い人ほど、安全性、安定性を重視したためと考える。

まず安全性の面では、現在着用しているナースシューズは安全ではない、と思っている人が77.9%であった。その理由としては、図1のように汚物・血液がつきやすい、つま先をぶつける、落下物で足を傷つけるという意見が多かった。サンダル式では、つま先、踵など、露出部位が多いため、外界から刺激を受けやすく、足を保護する機能に欠けている。安全面を重視するならば、サンダル式よりあみあげ式の物が優れていると考える。

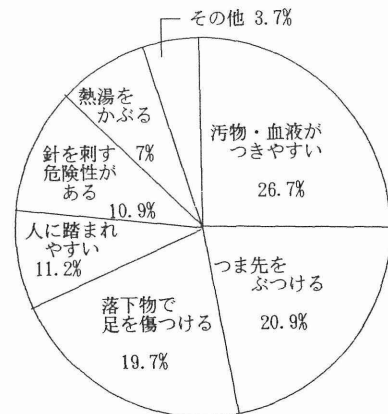


図1 安全でない原因

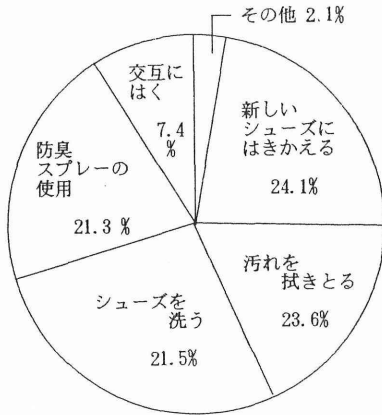


図2 防臭対策

次に、通気性の面では、勤務後足の臭いが気になったことのある人が89.9%であった。防臭対策をしている人は17.9%であり、その対策としては、図2のように新しいシューズに履きかえる、汚れを拭きとる、洗うという方法が全体の69%を占めていた。現在のナースシューズは、ビニール製であるため、サンダル式であってもむれやすい。むれる事により臭いがこもり、不快感を及ぼす為、通気性への欲求は強いと考える。通気性を重視するなら、ビニールや皮製よりも、メッシュや布製の素材を用いた露出度の高いサンダル式の物がよいと考える。

次に、安全性の面では、現在着用しているナースシューズが自分の足の型、大きさにフィットしていない、と感じている人が66.8%であった。その理由としては

図3のように1. 型くずれしやすく履いているうちに大きくなる、2. 横幅が合わず趾にあたる、3. 踵がずれて脱げやすい、という順であった。病院から支給されるナースシューズでは、サイズの見当はできるが、幅の選択、試し履きをする事はできない。その為、自分の足にフィットしたシューズを着用している人は少ないのではないかと考える。

勤務後に、足に疲労を感じる人は91.2%であった。又、内科系が病棟78.1%に対し、外科系病棟99.0%というように、職場によって疲労の感じ方に差が出た。検査・手術の多い外科系病棟では、病院内を移動する機会が多く、足に疲労が蓄積されやすいのではないかと考える。疲労の症状としては、図4のように約88%の人がむくみ、疼痛と答えている。疼痛を強く感じる部位として図5のように、1.ふくらはぎ、2.踵、3.土踏まず、4.つま先、の順であった。高橋氏の研究報告によれば、ヒールの高さ5cmの靴で勤務をした場合、1.足趾、2.足底、3.足関節の順に疼痛が出現し、疲れやすい部位としては、1.ふくらはぎ、2.土踏まず、3.足関節という順であった。そこで私達は現状を知る為、日勤前後において、ふくらはぎ、足関節、土踏まずの周囲の計測をした。その結果、表3のように、ふくらはぎ、足関節、土踏まずのいずれにおいても、勤務後は数値的にも増加していた。(各自の仕事内容、体重、水分摂取量等の条件が異なる為、多少の誤差はある。)このことから、疲労していると感じる部位は、むくみと関連していることが分かる。

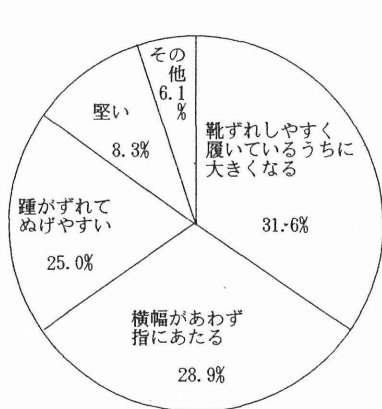


図3 フィットしない原因

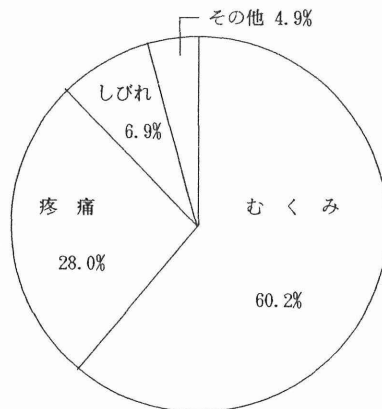


図4 疲労の症状

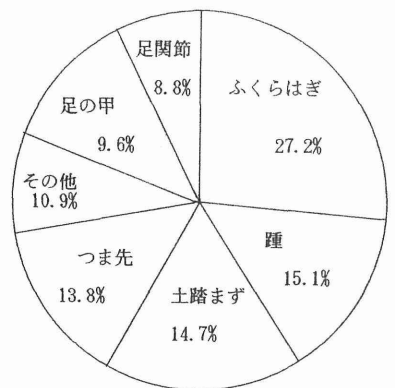


図5 疼痛を感じる部位

表4 疲労の原因

	全体 複数回答627人(%)	外科系 複数回答325人(%)	内科系 複数回答159人(%)
足を休める時間がない	286 (45.6)	138 (42.5)	63 (39.6)
労働が激しい	166 (26.5)	85 (22.5)	42 (26.4)
ナースシューズがあわない	78 (12.4)	47 (14.5)	16 (10.1)
夜勤がある	77 (12.3)	48 (14.8)	25 (15.8)
その他	20 (3.2)	7 (5.7)	13 (8.1)

次に、疲労の原因として表3のように、足を休める時間がない、労働が激しい、という意見が全体の70%以上を占め、ナースシューズが合わないという意見は12.4%のみであった。又、ナースシューズが疲労の原因になっていると考える人は183人(64.2%)であった。ナースシューズが疲労の原因全てではなく、フィットしていないナースシューズが下肢の疲労の一因となっている、と考える人が多いのではないかと思う。フィットしていないナースシューズを履くと、不安定

な姿勢で歩くことになり、腰痛・膝部痛・筋肉の疲労につながる。趾や爪に負担がかからない、自分の足にフィットした疲れにくいナースシューズを履く事が、疲労の軽減、働きやすさにつながっていくのではないか。又、安定性を重視するならば、自分の足のサイズ、形態が維持でき、軟らかい素材の物がよいと考える。

次に、デザイン的面では、現在着用しているナースシューズのデザインに満足していない人が188人(66.0%)であった。年齢別にみると図6のように、年齢の高い人ほど、現在のデザイン満足していない事が分かる。これは、昭和56年以来ナースシューズが同じデザインの物である為、長く使用している人ほどマンネリ化を感じているのではないだろうか。満足していない理由としては図7のように、型が悪い、素材が悪い、という意見が多かった。希望するデザインは図8のように70%以上がサンダル型であった。又、若い人ほどサンダル型を好み、年齢が高い人ほど踵が覆われ、露出度の少ない靴型を好んでいた。しかし、人の好みは各人各様であり、デザイン的によりナースシューズを選択する事は難しいと考える。

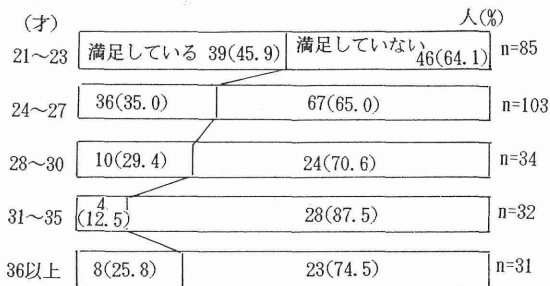


図6 年齢別デザイン満足度

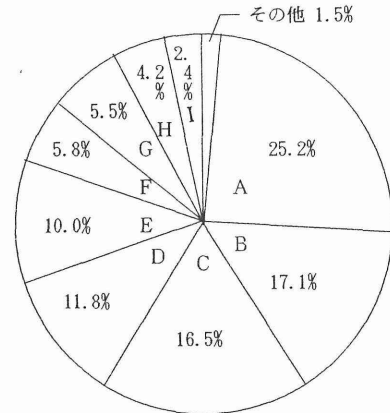


図8a) どのようなナースシューズがよいか

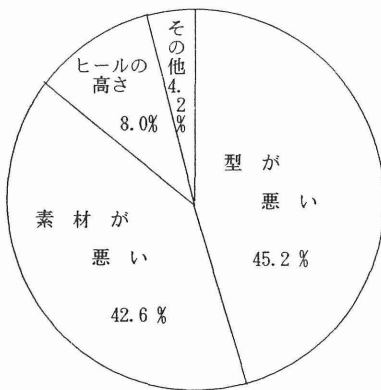


図7 満足していない原因

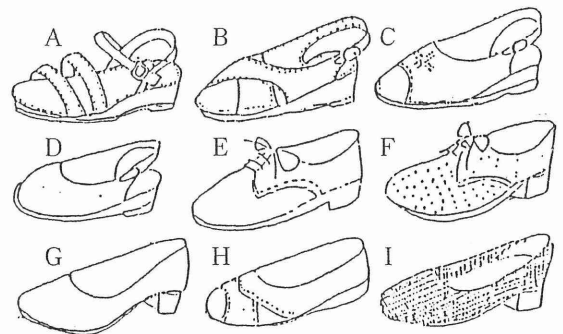


図8b) どのようなナースシューズがよいか

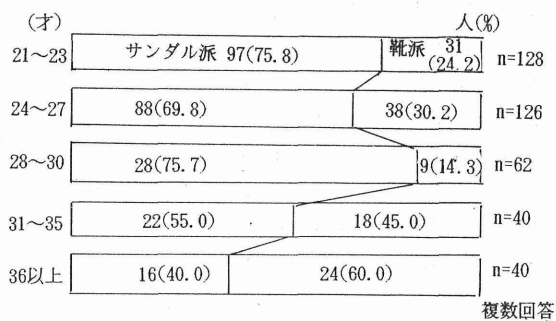


図8c) 年齢別<サンダルA~D靴はE~Iとする>

次に、耐久性の面では、現在の年2足の支給に満足していないと答えた人が83.3%であった。年齢別にみると図9のように、28~30才の年齢層が満足度は一番高かったが、全体的に満足している人が少ない事が分かる。満足していない理由としては図10のように、2足では少なすぎる、汚れやすい、耐久性に欠けるとい意見が多かった。

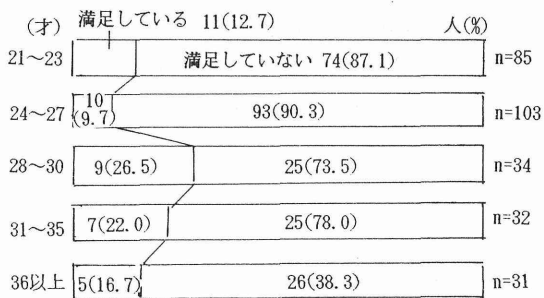


図9 年2足の支給に満足か

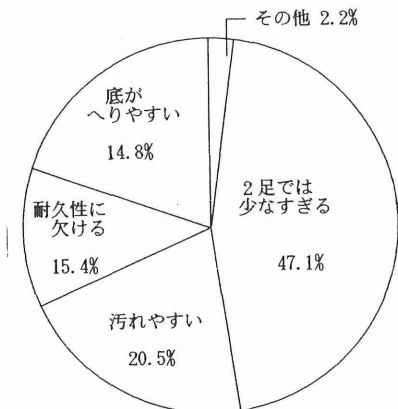


図10 年2足の支給では満足していない理由

職場により勤務時間の多少の差はあるが、図11のように、どの職場においても満足度に大差はなかった。又、支給以外のナースシューズを購入している人の割合は31.6%であった。購入している人の割合を年齢別にみると、図12のように36才以上の人、最も多かった。

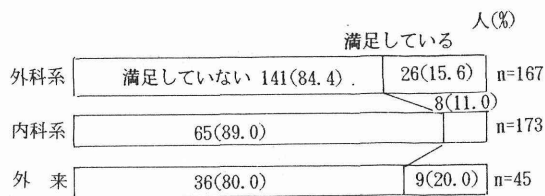


図11 職場別満足度

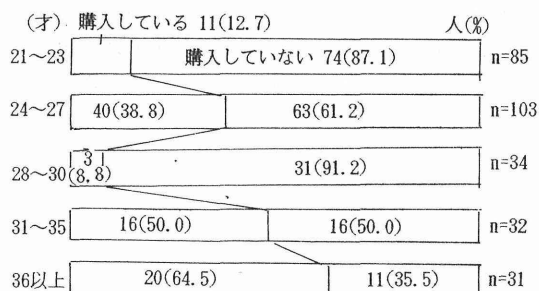


図12 購入している人の年齢別割合

看護婦にとって、ナースシューズを着用している時間は長く、現状の年2足の支給では耐久性に欠けていると考える。履き方や手入れ方法により個人差はあるが、最低年3~4足の支給を望んでいる人が78.5%と最も多かった。現在の労働を考えると、年3足以上の支給が望ましいと考える。

最後に、ナースシューズに一番望む事としては、図13のように、通気性・安定性・安全性という順であり、一番通気性を望んでるが、年齢、職業別にみても、大きな差はなかった。

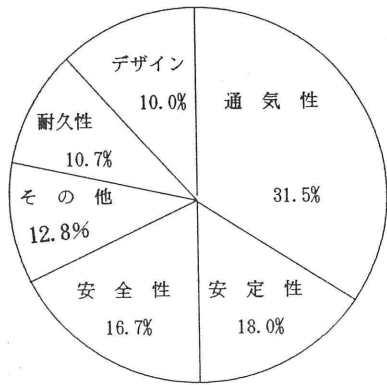


図13 ナースシューズに何を望むか

IV まとめ

今回の研究では、当院規定の物を対象として行って来た為、実際に市販のナースシューズを着用し、履き比べる事ができなかった。他の様々なナースシューズを数ヶ月着用し、履き比べる事ができたなら、理想的なナースシューズを具体的にピックアップしていく事ができたのではないかと思う。

足の型は千差万別であり、一人一人の好みも異なる為、理想的なナースシューズを提示するには難しいものがある。自分に合った靴選びのチェックポイントと

して、¹⁾鈴木氏は次の6点を挙げている。①十分に広く、しかも踏み返し可能な足底、②広くしかりした高すぎないヒール、③十分ゆとりのあるつま先、④適度な土踏まずの支え、⑤柔らかく全体で接する甲、⑥横ズレしない踵の支え、この6つのポイントを取り入れた、履き心地の良いナースシューズを数種類ピックアップし、その中から各自が自分に合ったシューズを選べるという様に選択の幅を広げ、年に三足以上の支給というシステムに改善できれば、現在のナースシューズに対する不満も減少されるのではないかと考える。

V 引用文献

- 1)鈴木精：健康と美は足元から 看護雑誌 Vol. 52 No. 8 1988

VI 参考文献

- 1)鈴木公：履物による節活動と足の障害 整形外科MOOK No.30 足の変形と痛み 1983 P45~59
- 2)いい靴選んで、いい仕事！ナーシングトゥデイ Vol. 3 No.12 1988 P66~69
- 3)なぜナースシューズなの？ エキスパートナース Vol. 3 No. 1 P128