

## 肺手術後患者の退院指導パンフレットの検討

key word 退院指導 患者教育 肺手術後  
12階西 ○石川明江 安保有紀子 藤平吉子 小谷野実香

### はじめに

昨今の在院日数の短縮化、日常生活に早く体を慣らししていくことが、術後の創部の治癒、呼吸機能の回復に望ましいとする考えから、肺切除手術の入院期間は短縮傾向にあり、患者の胸腔ドレーン抜去部の抜糸は退院後外来で行うのが通常である。

退院するにあたり、体力の低下・息切れ、創部が離開しないか、創痛に対処できるかなど、さまざまな不安を抱えた患者と家族は少なくない。その不安を軽減するためにパンフレットを用いて退院指導を行っているが、退院後の患者の生活に新たに生じる不安や疑問についてはフィードバックを得る機会が少なく、退院指導に十分に反映されていないと感じていた。

そこで、退院が決まった患者および、退院後の患者に、現在病棟で使用している退院後の生活指導パンフレットに対して意見をいただき、その内容の患者の理解度を知り、表現は適切であったか、追加が必要な項目はないか見直しをはかることで、今後の退院指導に役立てたいと考えた。

### I 研究方法

1. 調査対象：H18.1.6～10.16の期間中に肺切除術を行った患者173名
2. 調査方法：質問紙による郵送調査法
3. 分析方法：1) 患者の回答を項目別に集計  
2) 患者の項目ごとの記述意見および自由記述意見を分類  
3) 回答の集計結果、患者の意見から考察

### II 倫理的配慮

研究対象者である患者に、質問紙と共に研究の目的について記載した文書を郵送。研究への参加は自由参加とし、参加拒否が今後の治療や看護を受ける際に不利益にならないこと、回答の内容は研究目的のみに利用すること、使用後は破棄することを明記した。

### III 結果

質問紙回収 125名  
回収率 72.3% (有効回答率100%)  
アンケート回答者の平均年齢65歳  
術後の平均入院日数 11.57日

呼吸訓練の継続について、わかりやすいと答えた者は112名(89%) わかりにくいと答えた者は12名(10%)、

気道感染の予防について、わかりやすいと答えた者は112名(89%) わかりにくいと答えた者は11名(9%)、身体の休息・運動についてわかりやすいと答えた者は117名(93%) わかりにくいと答えた者は6名(5%)、禁煙について、わかりやすいと答えた者は119名(96%) わかりにくいと答えた者は3名(2%)、食事についてわかりやすいと答えた者は115名(92%) わかりにくいと答えた者は7名(6%)。痛みについて、わかりやすいと答えた者は108名(86%) わかりにくいと答えた者は12名(10%)、傷の消毒について、わかりやすいと答えた者は114名(91%)、定期健診について、わかりやすいと答えた者は119名(95%) わかりにくいと答えた者は4名(3%)であった。

「退院時、看護師の説明は理解できましたか。」の質問には124名が理解できたと答え、1名が理解できなかったと答えた。

### IV 考察

比較的多くの患者が「わかりやすい」と答えてくれたが、様々な意見を寄せていただいた。その中で、「わかりにくい」という回答が多かった、呼吸訓練の継続と痛みについて考えてみる。

<呼吸訓練の継続>については、必要性の意義の表現が不十分であること、具体的な呼吸訓練方法が明記されていないことを指摘された。必要性について既存のパンフレットでは「肺の柔軟性を高めるため」と記載しているが、患者にとってわかりにくい表現であったと考えられる。術後の呼吸訓練の意義は、合併症の予防と呼吸機能の回復であり、退院後も継続してほしい項目である。だからこそ、よりわかりやすい表現にする必要がある。訓練方法については、術前に腹式呼吸を指導しているため、患者が理解できているものと考えたがそうでなかった。入院中は精神的に余裕がなく指導内容が頭に入らなかったという意見も寄せられており、そのためにも、セルフケアの参考になるパンフレットは、あとから読み返しても、理解可能なものでなくてはならないとあらためて思った。

<痛みについて>は、疼痛の程度や受け止めに個人差が大きいためパンフレットで全ての患者のニーズに答えることは限界があると考えていた。しかし、どの時期にどのような症状がおこるのか、いつまでにどの程度の回復が見込まれるのか、患者はより詳しい説明を要望していることがわかった。術式にもよるが、長期にわたって痛みが続く場合もあり、不十分な疼痛

コントロールは不安を増強させ、回復への意欲を減退させ、日常生活動作の低下に結びつき、痛みの悪循環を引き起こす。そこで、疼痛が術創に関連したものであるならば、疼痛があっても心配ないことや薬剤以外の対処方法もあることをパンフレットに提示していきたい。

その他気になった点として、退院後もテープかぶれに悩まされたという意見が非常に多く寄せられたことがあげられる。当科では、消毒・オプサイト®貼付・シャワー浴を指導している。一方、他院では、「強くこすらなければ入浴は通常通りできること、入浴後、創部・胸腔ドレーン抜去部の消毒は不要であることを説明する。」<sup>1)</sup>と指導している例もあり、<傷の消毒について>は医師と今後検討する必要がある。

また、早期退院への不安が生じていることも認識できた。福島<sup>2)</sup>は「退院に関わるニーズは、患者や家族と看護師の間では明らかなズレがある。医療者を主体にするのではなく、患者や家族の問題意識を汲み取ることが優先すべきである」と述べている。医療者と患者間の退院に対する思いの格差をなくすためにも、患者の思いを理解し、患者のセルフケア能力、家族のサポート体制を入院早期の段階で判断し、患者・家族の術後のセルフケアの関心を高める働きかけが必要と思われる。そして、退院指導パンフレットは看護師の一方的な指導内容ではなく、個々の項目に関わることをアセスメントし、患者と一緒に作りあげていくものであることがわかった。

## V 結論

1. 既存のパンフレットでの患者の理解度は約9割であった。
2. 既存の項目の内容の充実(期間・回数等の目安になる数値、具体例、図解など)が望まれている。新たな項目の追加はなかった。
3. 退院後にオプサイト®によるテープかぶれに悩んだという意見が多かった。

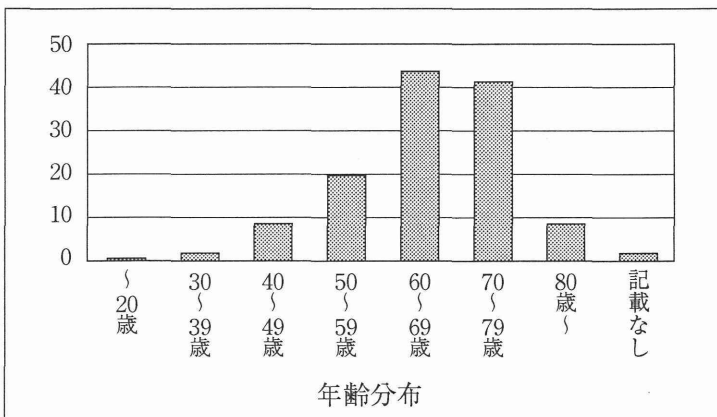
## 謝辞

本研究にご協力いただいた患者の皆様へ深く御礼申し上げます。

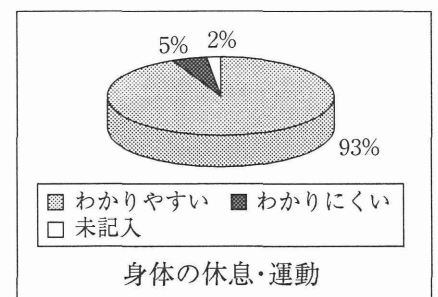
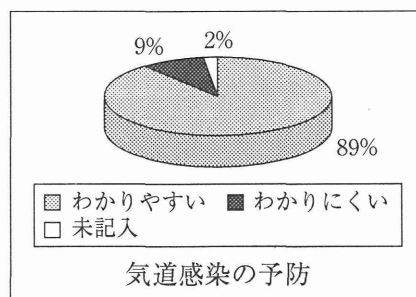
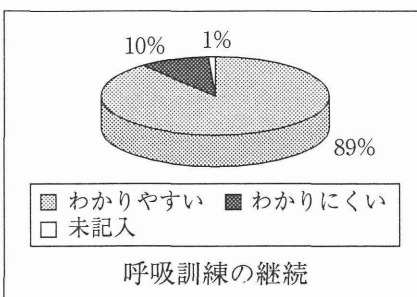
## 引用・参考文献

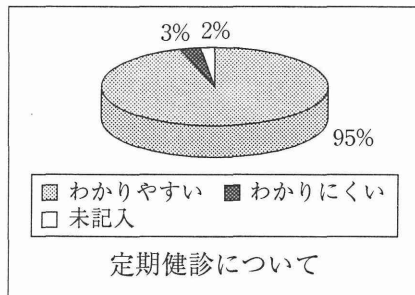
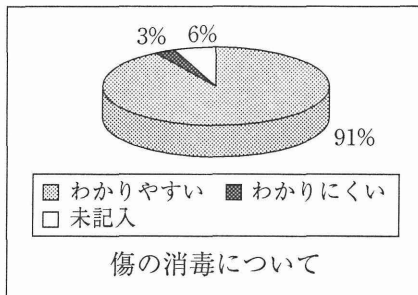
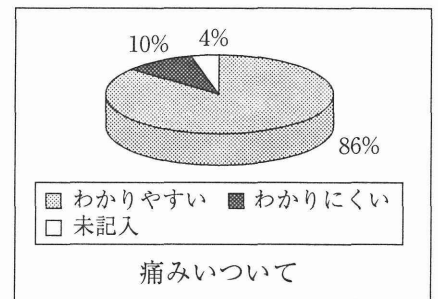
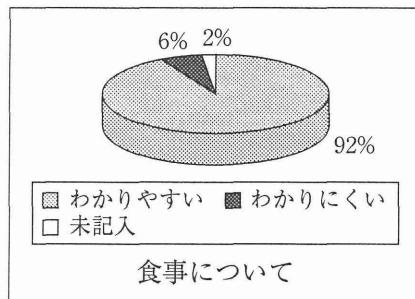
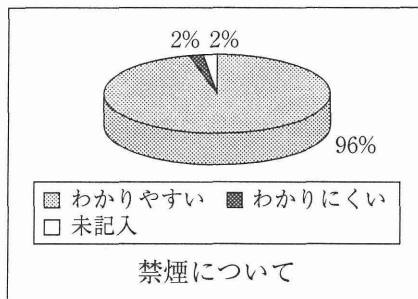
- 1) 近藤晴彦, 奥村武弘, 富田聡美 他. “退院とその後のフォロー”. 他職種チームのための周術期マニュアル1 肺癌. 第1版. 東京, メヂカルフレンド社, p.212-218, 2004.
- 2) 福島美知子. 事例に学ぶ退院計画. ナース専科. 増刊. 6-7. 2003.
- 3) 柳沢愛子. 不安の解消、その具体策②: 術前・術後、退院後における看護師の役割. BRAIN NURSING. 18 (11), 14-19, 2002.
- 4) 中川加寿夫. 肺癌手術後の外来フォロー. がん看護. 10 (1), 45-46, 2005.

アンケート回答者 年齢分布



項目別理解度





## 寄せられた意見および提案の抜粋

### <呼吸訓練の継続>

・深呼吸（腹式呼吸）の指導が必要。もっと呼吸訓練の具体的例を。（4名）・術後歩行困難（息苦しさが激しく、長時間歩行できない）、数ヶ月続けたが息苦しさは相変わらずである。体力、気力が半減し回復までに6ヶ月を要した。（類似意見4名）・目安となる頻度が知りたい。一日何回、一回の時間、最低何回実施すればよいか。（3名）・痰を出しやすくするための方法、薬以外での対処法。痰が出しづらく、肺炎が不安だった。（2名）・やっていない、つい忘れてしまう、退院当初は努めて行っていたが、4、5日後には気付いたときに行う程度になってしまった（3名）・呼吸が楽になる姿勢を図でのせたら安心するのではないか。・肺の柔軟性という意味が理解できない。

### <気道感染の予防>

・マスク使用の期間、種類、推奨マスクの有無。（2名）・感染と刺激物の関係が不明である。・ペットや掃除機の廃棄などは大丈夫なのか。具体例をたくさんあげてもらいたい。・「乾燥状態にも注意」を付け加えてはどうか。・必要性は理解しても意識して実行しなかった。・予防期間例えば半年から一年とか最低2ヶ月は要注意とか。手術後4ヶ月ですが今は守られていません。今後も同様の予防が必要でしょうか。（2名）

### <身体の休息・運動>

・リハビリのやり方についてももう少し考えてほしい。（3名）・術側の運動制限についての記述がほしい。・いつ頃から重いものを持ってよいか。重いものは何キロ位と記してあるとよい（3名）・しばらくでは具体的な期間がわからない（2名）・激しい運動の種類例。どのくらいを目安に運動できるか。・自転車に乗ってもよいか。・仕事はどれくらいの日数をおいてはじめたらよいか？

### <禁煙について>

・重篤の内容がわからない。重篤は専門用語の響きがある（2名）・受動喫煙についての説明。・理解はしていても回復と共に喫煙再開。

### <食事について>

・具体例がほしい。（5名）・食欲不振（4名）・他の病気を併用している人の食事の取り方や注意についても個々に記入してもらって良いと思う。・アルコール類についての記述がほしい（2名）

### <痛みについて>

・痛みの説明、処置、対応についての説明が不足している。どんな時に、どんな部分に痛みや違和感を伴うのか？細かい症状の説明など退院後の変化で多く見られる症例があれば安心できると思います（6名）・圧迫感を感じるときの対処方法。（3名）・痛みは気にならなかった、薬を飲むほどの痛みではなかった（3名）・個人差もある

が予め痛みが残ることを知らせるべきである。・退院後肋骨がすごく痛くなりすごく困った。(2名)・寒いと傷口が傷むので、温かくするように気をつける。薬以外の対処方法。(2名)・背中が痛んではじめの2~3ヶ月はよく眠れなかった。鎮痛剤が効かなかった。(2名)・多少痛くても薬は胃をこわすので使わないようにしている。

#### <傷の消毒について>

・テープによるかぶれについて知りたい。テープかぶれによる痛みが長く続き苦痛でした。テープがかぶれて本当に不快でした、何か頼りになるものがあれば良かったです。オプサイトテープによるかゆみ。(9名)・消毒はしていない。(4名)・テープをいつ頃はがしたらよいか・オプサイトはドラッグストアでも買えるか。患者にあった大きさ枚数をあらかじめ用意していただけると退院時に売店と病棟を歩き来しなくてもすむと思います。(2名)・テープかぶれについては軟膏を塗って対処できた。(2名)・退院時家族を含め実際に消毒方法を教えていただき助かりました。家族に手伝ってもらった(2名)・本人で行うことは不可能。家族も取り扱いに慣れていないので、退院時に実際にテープのはがし方、消毒の方法、貼り方の実得ができたなら心配せずに行えると思います。・家族が怖がってやりません。看護師に3回やってもらいました。・退院までに抜糸はできないのか・膿が出るようなときとあったが、消毒液がぬられていてどういう状態が膿なのか、テープの上からはよくわからなかった。・テープをはがしにくい(傷口についている)時の対処方法。シャワー仕方(石鹸の使い方タオルのしかたなど当人が理解できるように指導願いたい)・入浴開始時期。・傷跡が赤く膨れているので気になっている。皮膚科にいいのかほっておいていいのか。

#### <定期健診について>

・具体的に再診・定期健診を受ける時期について、看護師から説明がなかったと思う。医師からは説明を受けた。受診日時のおよその目安(例：半年、一年等)があるとわかりやすい。(類似意見5名)・定期健診までの期間が不安でした。

#### <その他>

・後2、3日は最低入院していたかった。術後7、8日で退院は短いと思います。不安な気持ちで退院しました。(3名)・実行は自覚の問題である。すべての項目に対して実行できた。(2名)・退院後、不眠に悩んだ。(2名)・体勢から生じる肩こり・合併症について(嘔声、術後の咳嗽)

[既存パンフレット]

肺の手術を受けられた方へ

香水や塗料のガス、噴霧クリーナーなどの刺激物も避けるようにしてください

#### ✦呼吸訓練の継続

肺の柔軟性を保つため、深呼吸(腹式呼吸)を引き続き行ってください

37.5度以上の熱が続くようであれば、早めに受診してください

息苦しくなった時は、あせらずゆっくりと深呼吸をして下さい  
それでも良くならないときは、早めに受診してください

#### ✦身体の休息・運動

日常生活は普通に行ってください 規則正しい生活リズムを守りましょう

しばらくは激しい運動は避けましょう  
痛みが強くなることがあるので、重いものは持たないようにしてください

#### ✦気道感染の予防

手術後の肺は感染しやすい状態ですので、人ごみや換気の悪い場所は避けてください

外出時はマスクをし、手洗い・うがいをしっかり行ってください



#### ✦禁煙について

残った肺の健康のために、タバコはやめましょう  
タバコを続けると再発の危険や、肺炎を起こして重篤な状態になることがあります

✦食事について

体力維持のためバランスのとれた、栄養価の高いものをとるようにしてください

痛みについて

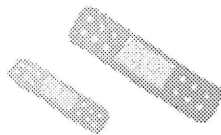
痛みは、咳やくしゃみをした時に肋骨にそった鈍い痛みが1年前後続きますが、徐々に軽減してきます

痛み止めのお薬は決められた用法・用量を守って飲んでください

痛み止めの坐薬を使う場合は、1日3回まで6時間以上あけて使ってください

✦傷の消毒について

傷口は、抜糸までは2～3日に1回、市販の消毒液で消毒をして、オプサイトというテープを貼ってください(地下の売店で



購入できます) また、はがれてしまった時も同様の処置をして下さい

オプサイトを貼ったままシャワー浴が可能です

傷口に水ぶくれができたり、膿が出るようなときは早めに受診してください

✦定期健診について



再診・定期健診は、今後の健康維持と再発の早期発見のため、必ず受診しましょう

不安なことや分からないことがありましたら  
医師・看護師にご相談ください

お大事に・・・



アンケートのお願い

看護師が退院の説明の際にお渡ししたパンフレット『肺の手術を受けられた方へ』を見ながら、以下の質問にお答えください。

・下記の①～⑧の内容はわかりやすいですか？  
該当する回答に○をつけてください。

・“いいえ”に○をつけた方  
⇒どのようなところがわかりづらいですか。  
〔 〕にご記入ください。

- ① 呼吸訓練の継続について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ② 気道感染の予防について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ③ 身体の休息・運動について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ④ 禁煙について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ⑤ 食事について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ⑥ 痛みについて  
・はい ・ いいえ [ ]
- ⑦ 傷の消毒について  
・はい ・ いいえ [ ]
- ⑧ 定期健診について  
・はい ・ いいえ [ ]

⑨ ①～⑧以外に、退院時教えてほしいこと、実際に困ったこと、ご意見、ご提案などございましたら自由にご記入ください。

(例：退院後どれくらいで温泉に入れるか、テープかぶれに困った など)

[ ]

●あなた自身のことをお聞かせください。

⑩ おいくつですか。

⑪ 手術後何日くらいで退院しましたか。

( ) 日くらい

⑫ 退院時、看護師の説明は理解できましたか。どちらかに○をつけてください。

・理解できた ・理解できなかった

ご協力ありがとうございました。

12階西病棟