View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
brought to you by CORE

子宮がん術後リンパ浮腫の軽減を促し生活の快適さをもたらす
下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルの開発と評価

療養支援看護学分野　がん看護学領域　12DN05 前澤美代子

要　旨

Ⅰ．研究目的

本研究の目的は、子宮がん術後リンパ浮腫患者に対して、リンパ浮腫の軽減を促し、生活の快適さをもたらすためにリンパ誘導を中心とした下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルを開発し、その効果を検証することである。そのために、予備研究と文献的考察をもとに下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルを開発し、適用群の介入前・後および、適用群と非適用群とで比較検討を行い、さらに、有用性実用性を検討する。

Ⅱ．研究方法：適用群と非適用群の 2 群を用いた準実験的研究デザインとした。

対象者は、子宮がん術後の下肢リンパ浮腫Ⅱ期の患者で 40 歳から 70 歳以下で、術後 1 年以上経過し外来通院中で、研究参加の同意が得られた者、両群それぞれ 12 名とした。

下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルの適用方法は、個別介入をセッション 4 回と電話連絡 2 回の組み合わせで行い、期間は介入開始から 12 週間とした。セッションは、初回介入時にパンフレットを用いながら観察方法や自己ケアの方法を説明し、手技練習を促した。

2 回目と 3 回目のセッションは、対象者の自己ケアの手技の確認と観察ノートの記載内容をもとに肯定的フィードバックを行った。

データの収集方法は、下肢の自己ケアおよび浮腫の状態、生活行動や心理社会的な状態について半構成的質問票を用いて面接を行い、POMS®と SF-36®は自己記載法で回答を得た。両群とも下肢の周囲径と保湿率を研究者が測定した。また、適用群の観察ノートの記載内容をデータとした。データ収集の時期は、適用群は介入前と 4 週ごとに合計 4 回、非適用群は初回と 8 週目の合計 2 回とした。

分析方法は、面接で得られたデータは質的帰納的な分析を行い、下肢の周囲径及び保湿率、POMS®、SF-36®は、反復測定一元配置分散分析と多重比較を行った。

Ⅲ．結果

1．　対象者：適用群の平均年齢は 66.7 (52～78)歳、非適用群の平均年齢は 68.0 (52～78)歳であり、対象者の属性や術後期間など両群に差はなかった。

2．自己ケアの実施状況：適用群 12 名全員が 12 週間休まず、毎日 1～2 回実施していた。

3．適用群と非適用群の比較：1) 自己ケアについて：両群とも初回の自己ケアの状態は、【足先の手入れ困難】や【自己ケアの未実施】であり、介入 8 週目の適用群は、【丁寧な自己ケアの実施】と【自己ケアへの意欲の向上】となっていた。

2) 下肢リンパ浮腫の状態について：浮腫の状態は、介入前は両群とも【浮腫による重みによるつらさ】と【下肢の張りのつらさ】であった。介入 8 週目の適用群は【下肢の

軽さの実感】と【細くなった実感】へと変化していた。適用群の下肢周囲径は、介入前・後で下肢の周囲径の減少に有意差がみられていた。また、保湿率は、介入 4 週目、介入 8 週目と高くなり有意差がみられ、保湿率が高まっていた。

3) 生活行動・心理社会面への影響について：生活行動の状態は、介入前は両群とも【歩行困難】、【家事の制限】、【整容の制限】であった。介入 8 週目の適用群は、【けがや転倒の消失】、【運動を兼ねての家事】、【靴や服の選択肢の増加】へと変化していた。また、心理社会面の状態は、介入前は両群とも【優れない気分】と【社交の制限】であった。介入 8 週目の適用群は、【喜びの気分】と【役割（仕事）や趣味の拡大】へと変化していた。POMS®の変化率は、緊張―不安、抑うつ、疲労、混乱、怒りの 5 項目の減少と活気の増加に有意差がみられ、気分の向上を示していた。

Ⅴ．考察：本モデルで用いた、表皮に手掌を密着させた状態で、ほとんど力を加えないで表皮のみをスライドさせるマッサージは、表皮下の毛細リンパ管の自動運動を活性化させ、リンパの流れを促進させ下肢リンパ浮腫の軽減をもたらしたと考えられる。本研究の対象者のリンパ浮腫は、高蛋白性のリンパ液の貯留により線維硬化が増殖し、皮膚が硬くなりリンパの流れを障害するⅡ期の状態であった。自己ケアで用いた適切な圧と方向によるマッサージが、リンパの流れを促進し下肢リンパ浮腫の軽減をもたらしたと考えられる。また、下肢リンパ浮腫の軽減は、生活全体に影響を及ぼし、歩行困難を改善し、整容の選択肢を広げ、気分の向上と社交性の拡大に効果を示していた。好きなくつや服を着ておしゃれをすることは、その人の喜びとなり生活の質の向上を促したと考えられる。

下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルは、自己ケアの獲得を円滑にし、観察ノートの記載によりセルフモニタリング力が高められ、適切な目標設定による自己ケアの成果の実感へとつながるのに役立ったと思われる。また、電話連絡やセッション時のフィードバックは、自己ケアに対する自信と自己ケア継続の意欲の向上につながったと考えられる。

本モデルの働きかけは、適用群の対象者全員が「とても役に立った」「わかりやすかった」と回答しており、本モデルで構成されたパンフレットやセッション、観察ノートなどは対象者に有用であったと考えられる。また、本モデルの自己ケアは、患者にとってやりやすかったと簡便性を示しており、患者にも看護師にとっても負担感が少なく実用性が高いことが示された。

Ⅴ．結論：下肢リンパ浮腫自己ケア促進モデルは、自己ケアの継続を促し、下肢リンパ浮腫が軽減し、ADL の拡大、気分の安定、社交性の拡大といった生活の快適さをもたらしていたことから、子宮がん術後の下肢リンパ浮腫Ⅱ期の患者に対して有効なモデルであることが示された。今回は 2 施設のリンパ浮腫患者が対象者であったので、さらに施設を増やすこと、臨床の看護師に使用してもらえるよう本モデルを洗練していくこと、また、今後、リンパ浮腫Ⅲ期の患者への対応を検討していくことが課題であると考える。