

# 口腔外科領域における痛みが 患者に及ぼす影響を探る

—痛みと食事・睡眠・情緒との関係

## 2階東病棟

○矢野 和代・藤原 キミ・平田 ルミ  
伊藤 真紀・高木 直美・小谷 直美  
大菊みどり・武市 光世・若狭 郁子

### I. はじめに

当歯科口腔外科病棟に入院中の患者は主に悪性疾患が多く、化学療法、放射線療法、手術療法が行われている。その中で患者の訴えは、治療による口腔内の痛みがほとんどである。また、痛みによると思われる食事摂取困難、不眠の訴えが多い。

人間にとって食事・睡眠は基本的欲求であり、それが満たされないことは苦痛である。特に当科では、痛みが口腔内に限られ持続することから食べられないことへの苦痛は強いと思われる。食事は生命を維持するだけのものではなく楽しみの一つであり、生の充足感を得るといふ精神的要素ももっている。そして口腔内に限らず痛みは睡眠を阻害し、また不快な感覚であるため、感情面と心理面の体験を伴うものである。

以上のことより、痛みが心身ともに及ぼす影響は大きいと思われる。そこで、都温彦氏の痛みの調査表をもとにして食事、睡眠の項目を加えたアンケートを用い調査、分析したのでここに報告する。

### II. 研究方法

1. 対象 歯科口腔外科病棟に入院中の悪性疾患をもつ患者
2. 対象数 29人
3. 調査期間 H.5.7.1～H.6.8.1
4. 調査方法 都温彦氏の痛みの調査表をもとに、これに食事、睡眠に関する質問を加えたアンケートを作成し、質問紙法により調査した。
5. 分析方法 痛みの程度を苦痛度、鎮痛剤要求度、有痛時頻度、作業障害度、気力障害

度について質問し、それらを点数化，0～4点を一段階（痛み軽度），5～9点を二段階（痛み中度），10～13点を三段階（痛み強度）に分け，食事，睡眠，情緒との関係を分析した。

### III. 結 果

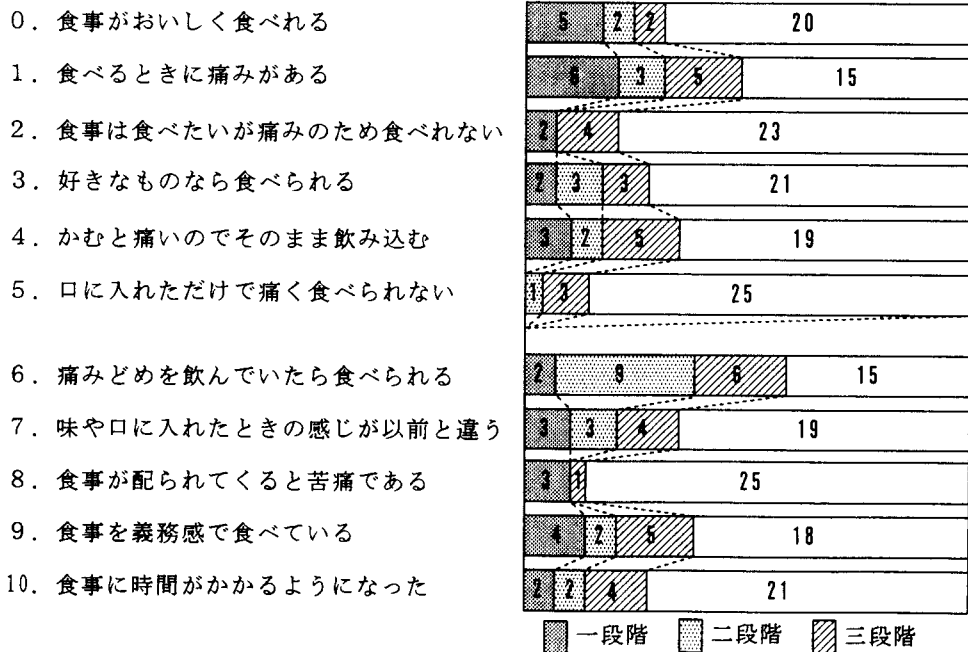
#### 1. 痛みの程度について

一段階11人，二段階11人，三段階7人であった。

#### 2. 食事について（複数回答あり）

食事がおいしく食べられると答えた者は一段階5人，二段階2人，三段階2人，食べるときに痛みがあると答えた者は一段階6人，二段階3人，三段階5人，かむと痛いのでそのまま飲み込むと答えた者は一段階3人，二段階2人，三段階5人，痛み止めを飲んでいたら食べられると答えた者は一段階2人，二段階9人，三段階6人，食事を義務感で食べていると答えた者は一段階4人，二段階2人，三段階5人，食事に以前より時間がかかるようになったと答えた者は一段階2人，二段階2人，三段階4人であった。（表1）

表1 食 事



### 3. 睡眠について（複数回答あり）

睡眠に障害がないと答えた者は一段階7人、二段階3人、三段階3人、寝つくまでに時間がかかると答えた者は一段階6人、二段階7人、三段階4人、夜間痛みのために目が覚めて眠れないことがあると答えた者は二段階4人、三段階7人、朝ぐっすり眠れたと感じると答えた者は一段階9人、二段階5人、三段階3人であった。眠剤の使用に関しては使用している者は全体で5人で、使いたくないと答えた者は23人であった。睡眠時間が充分と答えた者は一段階10人、二段階7人、三段階5人、昼寝をしていると答えた者は一段階6人、二段階7人、三段階6人であった。（表2）

表2 睡眠

0. 睡眠に障害がない	7	3	3	16
1. 寝つくまでに時間がかかる	6	7	4	12
2. 朝ぐっすり眠れたと感じる	9	5	3	12
3. 消灯時間になると入眠を強いられるように感じる	3	5		20
4. 夜間痛みのために目が覚めて眠れないことがある	1	4	7	17
5. 同室患者の影響でぐっすり眠れないことがある	3	4		21
6. 眠れないときはすぐ眠剤を使う	3			24
7. 眠剤はできるだけ使いたくない	9	9	5	6
8. 睡眠時間は十分だと思う	10	7	5	7
9. 全身疲労感が強い	3	3	4	19
10. 頭が重い感じがする	3	2	5	19
11. 昼寝をしていることがある	6	7	6	10

### 4. 情緒について（複数回答あり）

痛みに対する不安、恐怖に関して、この痛みは治療すれば良くなるので心配していないと答えた者が一段階11人、二段階6人、三段階2人、この痛みが良くなるだろうか不安だと答えた者は二段階5人、三段階1人、この痛みは生命に関わる病気ではないか不安だと答えた者が三段階のみ6人であった。

痛みに対するその他の情緒に関して、気持ちは沈まないと答えた者は一段階11人、二段階5人、三段階2人であった。そして、憂うつになり気分が沈むと答えた者は二段階6人、三段階4人、無気力と感じると答えた者二段階1人、三段階3人、悲しくて泣きたくなると答

えた者二段階1人，三段階2人，人と会いたくないと答えた者二段階2人，三段階4人，いらいらすと答えた者一段階1人，二段階4人，三段階3人，気が立つことが多く怒りっぽいと答えた者二段階4人，三段階2人，気持ちが敏感になると答えた者一段階1人，二段階4人，三段階5人，おびえていると答えた者二段階1人，周りの人とうまく行かないと答えた者二段階1人であった。（表3，4）

表3 情緒（痛みに対する不安・恐怖）

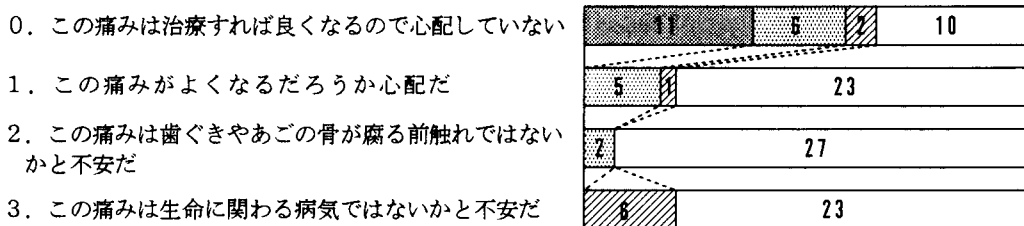
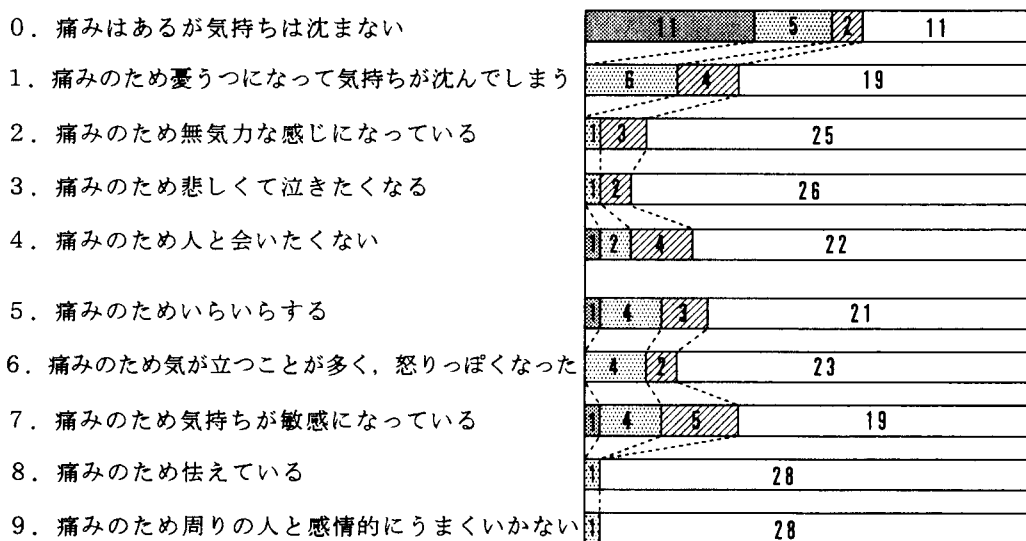


表4 痛みに対するその他の情緒



#### IV. 考 察

痛みとは主観的で，現にそれを体験している人が表現するとおりのものである。それを表現したときにはいつでも存在し，その痛みは，睡眠を妨げ食欲を減退させ，患者の心理面，社会面にも悪影響を及ぼしていると言われている。当科では，ほとんどの患者が口内痛に悩まされており，痛みの軽減は日々看護を行う中で問題となりやすい。このため，痛みと影響

があると思われる三者に関してアンケートをとり、関係を探った。

食事は、生命活動の源としての栄養保持や精神的満足感の充実など、健康な生活を営むためのものとしての意味を持っている。このような意味を持つ食事は入院生活を余儀なくされた患者にとって、楽しみの一つである。しかし、疾患そのものや治療によって口内痛が出現すると、必然的に食事摂取量が減少し、更にその段階に進むにつれ食事摂取困難な状況に陥りがちである。アンケート結果においても「かむと痛いのでそのまま飲み込む」「口に入れてただけで痛くて食べられない」と答えた者が痛みが強くなるにつれ多く、痛みが食事に影響していることが明らかになった。

そのため、患者は食事を食べる前に鎮痛剤を使用したり、義務感で食べるなど、楽しみとしての食事の意味が薄れ、活動の源としかとられなくなる。しかしどのような状況においても、口から食べると言うことを第一に考えいくら痛くても食べていこうとする姿勢は、単に活動の源として食事をとらえているのではなく、精神的満足感を得るための対処行動であるとも考えられる。このことは、人間にとっての食事の重要性を改めて私たちに気付かせてくれるものであった。

睡眠においては、「夜間痛みのために目が覚めて眠れないことがある」と答えた者は段階をおって多く、また三段階では、全身疲労感、頭重感を訴える患者が他の段階に比べて多く見られ、痛みの程度が睡眠に大きく影響していることがわかる。

しかし、「朝ぐっすり眠れたと感じる」「睡眠時間は充分だと思う」と答えている者が、一段階ではほぼ全員、二・三段階では約半数を占め、全体的にみて睡眠が食事より比較的影響が少ないのではないかとと思われる。このことは鎮痛剤で痛みをコントロールできている患者がいることと、睡眠時が食事時よりも口内の安静が保たれやすいと言うことが影響しているのではないかと考える。また食事をとると言うことは、食物が直接患部に接触し痛みが増強するため、痛みの関与するところが大きいですが、睡眠には痛みのほかに、入院前からの睡眠障害の有無、入院による生活パターンの変化、その時の精神状態などが影響していると思われる。今回の結果で、昼寝をしている患者が各段階とも多く見られたが、これは睡眠不足の解消のほかに、夜間は不安が増し、それにより痛みが増強する患者が、日中は安心して眠ることができるということも考えられる。

情緒においては、痛みの段階が上がるにつれ不安も強くなり、人数的には少ないが、憂うつ感や無気力などを訴えている者がいた。患者にとって入院生活は刺激が少なく単調になりやすい。それに加え痛みを伴った生活は、自分の病気、治療、将来のことなどを考え不安定

になりやすい。また家族から離れた生活は、患者に孤独感を与えより不安を助長させやすいと思われる。更に、いつ消失するかわからない持続的な痛み、治療が進むにつれ増強する痛みなどが、不安をつのらせ憂うつ感などにつながっているのではないだろうか。このような状態では、鎮痛剤を使用しても効果は薄れてしまう。また性格的にも我慢強い患者、すぐ痛みを訴える患者などがみられている。こうしたことから患者の背景、性格、その時の状態、痛みの程度が情緒に影響を及ぼしていると思われる。

また逆に、思うように食べられない、眠れないことが痛みを強くし、憂うつ感やいらいら感を招き、それらは再び食事、睡眠、痛みへと影響を及ぼし悪循環していると考えられる。

## V. おわりに

この研究をとおして、口内痛が食事、睡眠、情緒に影響していることが明らかとなった。今回は痛みの程度を客観的に把握するために、痛みの調査表をもとに作成したアンケートを使って調査を行ったが、今後は痛みの客観的把握に役立つ視点を幅広く取り入れたアンケート内容の充実を図る必要がある。そして更に症例を重ね、痛みを助長させる因子の追求や痛みに対する看護のあり方などについて検討していこうと思っている。

## 参考文献

- 1) 都温彦：歯科臨床のための心身医学，患者と症状の人間的理解，金原出版株式会社
- 2) Margo Macaffery：痛みを持つ患者の看護，医学書院
- 3) 柳田尚：痛みの人間学，講談社
- 4) 特集／患者さんの痛みを測る，エキスパート・ナース，vol.8.No.9，1992
- 5) 特集／痛みのケア技術，臨床看護，へるす出版，1992
- 6) 看護診断，クリニカルナーシング，医学書院
- 7) 焦点／看護技術の戦後，看護技術，vol.35.No.8.1989
- 8) 久世妙子他：発達心理学入門，有斐閣新書