

厚生労働科学研究費補助金（難治性疾患等克服研究事業（免疫アレルギー疾患等予防・治療研究事業））
分担研究報告書

第 32 回日本看護科学学会学術集会交流集会報告
～慢性疾患患者の自己管理支援について考える
慢性疾患セルフマネジメントプログラムの評価研究～

研究分担者：安酸 史子

研究協力者：

- 小野 美穂（川崎医療福祉大学医療福祉学部 講師）
- 北川 明（福岡県立大学看護学部 講師）
- 江上千代美（福岡県立大学看護学部 准教授）
- 松浦 江美（活水女子大学看護学部 講師）
- 山住 康恵（福岡県立大学看護学部 助教）
- 生駒 千恵（福岡県立大学看護学部 助教）
- 石田智恵美（福岡県立大学看護学部 准教授）
- 松井 聡子（福岡県立大学看護学研究科 修士課程）
- 山崎喜比古（日本福祉大学社会福祉学部 教授）
- 米倉 佑貴（東京大学社会科学研究所 助教）
- 湯川 慶子（東京大学大学院医学系研究科 博士後期課程）
- 朴 敏廷（東京大学大学院医学系研究科 博士後期課程）
- 香川 由美（社団法人 日本看護協会）
- 上野 治香（東京大学大学院医学系研究科 医学博士課程）

要 旨

慢性疾患患者にとって自己管理は欠かせないものであり、その支援は我々看護職にとって大きな役割である。日々、慢性疾患患者の自己管理を支援する中で、思うように進まず、難しさやジレンマ、挫折感等を感じることも多いという現状を踏まえ、2005 年の我が国への導入以来、評価研究グループによって実施している調査を通して様々な効果が明らかとなってきている自己管理支援教育プログラム：「慢性疾患の人のためのセルフマネジメントプログラム（Chronic Diseases Self Management Program: CDSMP）」の研究結果を提示し、それらを参考にしながら、患者の自己管理支援のために我々に何ができるのか、何が必要なのか等を皆で考えたいという趣旨で本交流集會を企画した。

参加者は 90 名。今回は、交流集會概要とアンケート結果のまとめについて報告する。

A. 目的

慢性疾患患者にとって自己管理は欠かせないものであり、その支援は我々看護職の大きな役割である。しかし、実際は、日々、慢性疾患患者の自己管理を支援する中で、思うように進まず、難しさやジレンマ、挫折感等を感じることも多い。

このような現状の中、世界で展開されている自己管理支援教育プログラムである「慢性疾患の人のためのセルフマネジメントプログラム(Chronic Diseases Self Management Program: CDSMP)」は、2005年の我が国への導入以来、全国で展開され、受講者は1400名を超え、また、スタート時より評価研究グループによって実施している調査を通して、様々な効果が明らかとなってきた。

慢性疾患患者の目標は、「病気をもって生きるの自分自身であり、自分の健康は自分で管理し自分で責任をとっていく」ことである。その重要性に患者自身が気づき、その意思やそのための方法を確かなものとするために、我々看護職には何ができるのか、何が必要なのか、多くの効果が得られているCDSMPの評価を参考に、皆と共に考えたいという趣旨で交流集會を企画、開催した。交流集會評価アンケートをまとめたので、報告する。

B. 交流集會概要

開催：2012年11月30日(金) 15:50～16:50

第32回日本看護科学学会学術集會交流集會

場所：東京国際フォーラム

内容：

座長：安酸史子，北川明

1. 「慢性疾患セルフマネジメントプログラム(CDSMP)について」：武田飛呂城
2. 「CDSMP受講者のプログラム受講前後の変化～質問紙調査のデータから～」：米倉佑貴
3. 「CDSMP受講者の服薬アドヒアランスの受

講前後の変化の検討」：上野治香

4. 「CDSMPの効果および効果発現メカニズムの検討～インタビュー調査のデータから～」：小野美穂

5. ディスカッション



C. アンケート結果

回収率：47.8%（参加者 90 名のうち 43 名回答）
参加者は、図 1 に示す通り、看護師と大学教員がそれぞれ約 40%と多くを占めていた。

本交流集会在期待に沿っていたかとの質問に関しては、図 2 の通り、期待以上、どちらかといえば期待以上、期待通りを合わせると 84%、臨床・教育に役立ちそうかという問いに関しては、役に立つ、どちらかといえば役に立つと思うが 75%を超えていた（図 3）。さらに、「期待通り」「役に立つ」と感じた内容についての回答は、表 3 に示すとおりである。受講を誰に薦めたいかについては、自分が受講してみたいが最も多く、次に患者さんが続いていた。

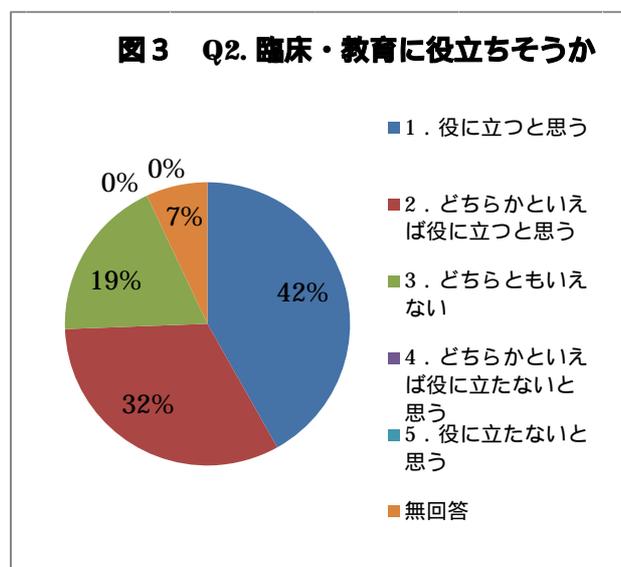
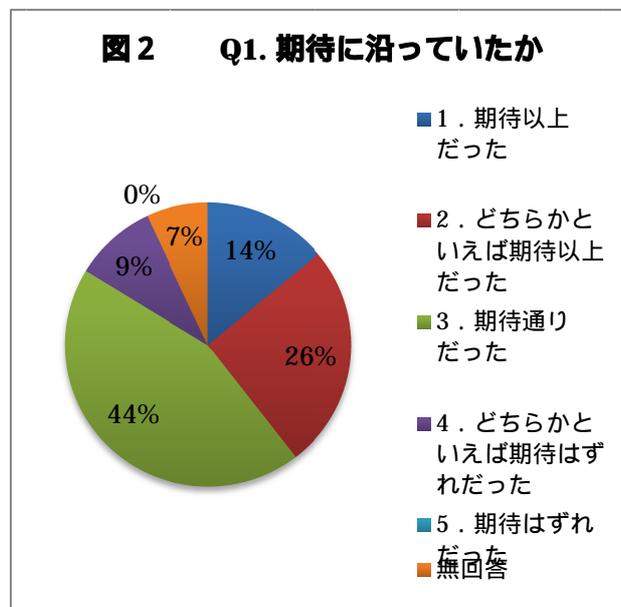
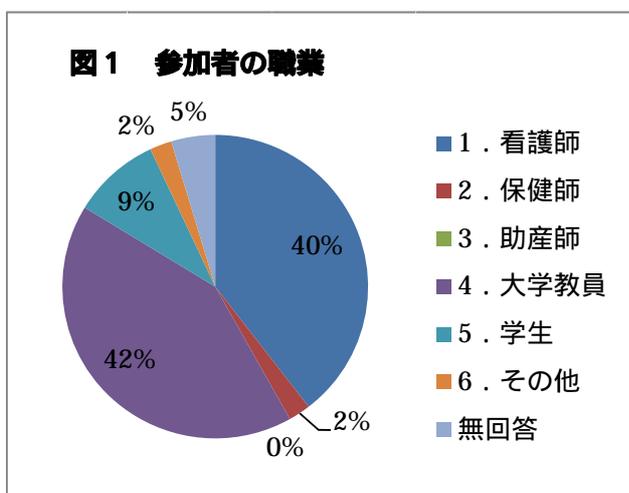


表 1 Q3 「期待通り」「役に立つ」と感じた内容

- ・患者の行動変容のアプローチにどのように具体的に、かつ効果的な方法があるのかということを紹介できるので、プログラムと評価データの両方が役立つと思った
- ・患者の自己管理をするために持つ力を引き出すための支援の試みについて実施した評価を提示されており、実施の効果も感じられたと思うから。
- ・プログラム前後のデータを見せながら、説得力のあるものだった
- ・慢性疾患セルフマネジメントプログラムがなぜ効果があるのか、大変興味深いものだった

・患者自身が自分のために薬を飲むなどの行動をとることができるという結果はとても魅力的でした

・セルフマネジメントを高めるための介入の焦点について興味があった

・慢性疾患のコントロールに必要な要素が分かった。

・CDSMP に関する詳しい内容が理解できた

・まずは CDSMP について具体的な内容を知りたかったことと、効果等について知れたこと

・セルフマネジメントスキルを伝えることの必要性について、まずは医療者の自覚が必要

・自ら考えることの重要性を改めて感じた

・セルフマネジメントで効果が期待できるもの(自己効力など)が分かった

・自己効力感を高めるための具体的なシステムであると感じた。

・自己効力感の高め方

・アクションプランの効果発現のメカニズム

・やるべきことからやりたいことに変えること

・自己効力感の向上が一時的ではなく、ワークショップから1年後にも続いていることに驚いた。

・ワークショップに参加した患者の自己効力感向上とセルフマネジメント能力の向上維持が可能であることから、入院中の患者に対する関わり方の工夫へ活かせるのではないかと考えた

(表1のつづき)

・患者への関わりに活かせる

・がん患者とその家族を対象として実行できそうだと思う

・慢性疾患を持つ患者への継続的なセルフマネジメントプログラムとして有効だと思う

・ワークショップ開催時の進行役の能力に関係なく進行して進められることが分かり参考になった。

・マニュアル化されている点がとても良い

図4 Q4. 受講を誰に薦めたいか

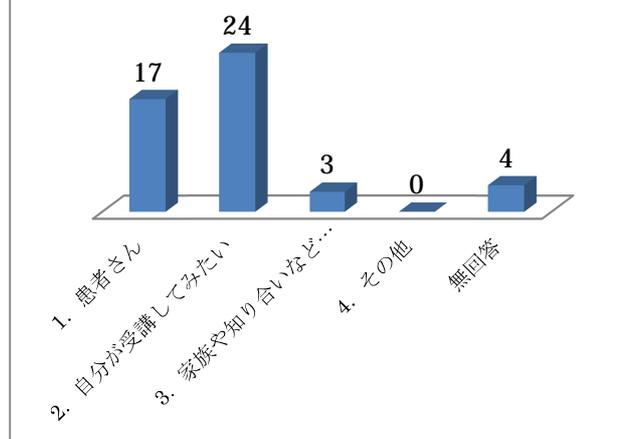


表2 その他の意見等

・実際に測定されたデータを示しながらプログラムの効果を説明していたので、分かりやすかった
・研究成果の報告を通して学習を深めることができた

・さらに詳しく具体的に知りたいと思った

・「働くこと」と「自己管理」の中での葛藤や継続の難しさがある。その辺りをどう支援していくのか、今後参考になった。

・高齢者の方の参加状況を知りたいと思った。

・がんも慢性疾患に位置付けられているが、類似点、相違点について知りたい

・私自身がこのワークショップに参加することで患者さんに還元できればと思った

D. 考察

図2の結果より、本交流集会は参加者の期待にほぼ沿えたものであったと考える。また、CDSMPの評価結果や結果からの考察・提言等の発表内容が、実際の臨床や現場に役立ちそうと感じた参加者が図3に示すように、75%に上ったことは、慢性疾患患者の自己管理支援を考えると題した本交流集会では、非常に意味深いことであり、また、間接的ではあるが、実際の患者看護、教育に何らかの貢献がきるものと期待できる。

今回のワークショップでは、まず、CDSMP というプログラムが、どのようなものか、その概要参加者に理解してもらい、次いで、受講者全体に行ったアンケート調査を用いたプログラムの前後評価を示すことで、全体的な効果を広く理解してもらえるようにした。その上で、「薬の管理」という一つの自己管理行動に絞って、その前後評価を提示し、最後に、プログラム全体の中で、最も受講者の評価の高かった演習「アクションプラン」を取り上げ、質的にその効果内容を具体的に挙げ、プログラムの進め方と照らし合わせながら、効果発現の機序を考えていくというように、全体的なものから具体的な中身に進んでいくように工夫した。内容がもりだくさんでだったため、「もっと詳細を知りたい」等の意見もあったが、「期待通り」「役に立つ」と感じた内容(表1)で示された意見はそのほとんどが、本交流集会企画者のねらいに沿う理解、評価であった。

プログラム自体への意見では、内容が理解できたという意見に加え、「継続的なセルフマネジメントプログラムとして有効」や「マニュアル化されている点が良い」、「がん患者とその家族を対象として実施できそう」など、プログラムの中身に留まらず、さらなる適用に関しても考えが及んでいる。また自己効力感の向上に関する意見もいくつかあった。これは、量的調査で効果として挙げてきた自己効力感が、質的研究においても抽出され、さらに実際に演習(アクションプラン)の中で、どのように向上していくのかという機序を検討していたことで、参加者へその理解が深まったのではないかと考える。また、患者が自ら考えることの重要性やセルフマネジメントスキルを伝えるということへの医療者の自覚の必要性等に関する意見も出てきており、慢性疾患患者の自己管理を支える上で、医療者の認識として、とても重要なことをつかみ取ってくれたことが分かる。

図4の結果からは、もちろん患者に薦めたいという意見も多かったが、まず、自分が受講したい

が最も多く、また自分が参加することで患者に還元したいという意見も出された。これらのことから、実際に自分が体験し評価した上で患者に薦めたいという現代のエビデンスに基づいた医療・看護の世界の中で医療・看護を提供している医療者の姿勢を感じとることができる。このような意味でも今後も継続した評価研究、および成果発表の必要があると考える。

E. 結論

「慢性疾患患者の自己管理支援について考える～慢性疾患セルフマネジメントプログラムの評価研究～」と題して、第32回日本看護科学学会学術集会交流集會を開催した。アンケート調査より、その評価はほぼ参加者の期待に沿っており、慢性疾患セルフマネジメントの理解、および量的・質的双方の研究成果を通して、参加者各々が、患者の自己管理支援のために自分に何ができるのか、何が必要なのか等を考える機会となった。

F. 研究発表

1. 論文発表

既発表のものはなし

2. 学会発表

- (1) 小野美穂, 安酸史子:「慢性疾患セルフマネジメントプログラム」の効果に関する研究, 第38回日本看護研究学会学術集会(2012.7 沖縄)
- (2) 安酸史子, 北川明, 山住康恵, 小野美穂, 松浦江美, 山崎喜比古, 米倉佑貴, 上野治香, 石田智恵美, 生駒千恵, 松井聡子, 武田飛呂城: 慢性疾患患者の自己管理支援について考える～慢性疾患セルフマネジメントプログラムの評価研究～, 第32回日本看護科学学会学術集会(2012.12 東京)
- (3) 北川明, 山住康恵, 小野美穂, 江上千代美,

松浦江美,生駒千恵,石田智恵美,松井聡子,
山崎喜比古,米倉佑貴,上野治香,安酸史子:
慢性疾患セルフマネジメントプログラム参加
者のベースラインデータによる不安抑うつ状
態に関する研究第 32 日本看護科学学会学術
集会(2012.12 東京)

- (4) 山住康恵,北川明,小野美穂,江上千代美,
松浦江美,生駒千恵,石田智恵美,松井聡
子,山崎喜比古,米倉佑貴,上野治香,安
酸史子:セルフマネジメントプログラム参加
者のベースラインデータによるストレス対処
能力(SOC)に関する研究(2012.12 東京)

G. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得: なし
2. 実用新案登録: なし
3. その他: なし

H. 引用文献

なし