

5. 緩和ケアチームにおいてチームスタッフ体調管理に対しての鍼灸の可能性

研究協力者：横西 望

明治国際医療大学鍼灸学部鍼灸学科 基礎鍼灸学講座

明治国際医療大学鍼灸学部鍼灸学科基礎鍼灸学講座：篠原 昭二、関 真亮、斉藤 宗則、和辻 直
明治国際医療大学 附属病院 外科学教室：神山 順、糸井 啓純
市立福知山市民病院：中村 洋子、川上 定男、羽柴光起、香川 恵造

【要旨】

患者家族を対象としたアンケート調査から、患者家族自身が病院内の鍼灸治療を希望されていることがわかった。そこで、病院内での鍼灸治療を行うにあたり、法的問題、費用、場所・環境等に関する問題点に対し、現時点での改善策を述べる。

また、チームスタッフからも鍼灸治療を希望される声が多かったため、チーム医療を行う中で、スタッフに対しても、鍼灸師の有用性があるのではないかと、スタッフを対象に追加調査を行った。結果、ピロリ菌の早期治療に繋がった症例をはじめ、重症な腰痛、服薬では改善できない頭痛、様々な症例の緩和できた。追加調査の結果から、病院内での鍼灸師活用により、患者や患者家族だけでなく、激務である医療者側の体調管理し、重症な疾患の早期発見ができる可能性が示唆された。

1. 鍼灸治療と World Health Organization (以下 WHO)

World Health Organization (以下 WHO)は 1996 年に鍼灸治療の有効性が認められた疾患には神経系疾患、運動器系疾患、循環器系疾患など 40 以上の疾患が載せられたリストを作成している。現在も修正は行われており、国立衛生研究所 (NIH) からは鍼灸の効果に

ついて検討し、合意声明が発表されている。日本では、神経痛、腰痛、五十肩、慢性関節リウマチ、頸椎捻挫後遺症、頸腕症候群の 6 疾患が適応となっている。一方、成人の有訴率のうち腰痛、肩コリと自覚する割合は平成 22 年男性：腰痛 89,100 人、肩コリ 60,400 人、女性：腰痛 117,600 人、肩コリ 129,800 人と高く、特

に医療従事者では高値を占めるとする報告もある。他方、鍼灸治療は非薬物治療であり、通常日常業務に支障を及ぼす可能性は限りなく低い、安全な治療法である。そこで、緩和ケアチームスタッフの体調管理の一手段としての介入研究を行ったので報告する。

2. 鍼灸と経費

【消耗品】

現在、本研究で使用している道具には、刺すタイプの毫鍼（ゴウシン）、貼付タイプの円皮鍼（エンヒシン）、刺さないタイプの鍔鍼（テイシン）、病院内のため、電子温灸器 e-Q（イーキュー）を使用している。

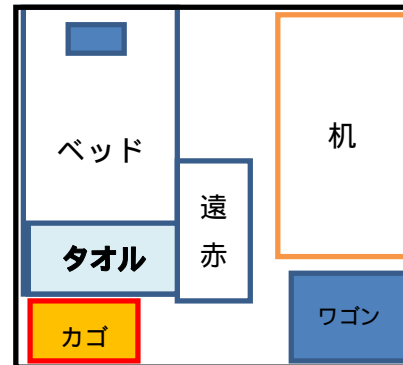
毫鍼は1箱（100本入り）で1,200円前後、円皮鍼は1箱（100本入り）で1,800円である。実際、病棟治療では毫鍼10本以内、円皮鍼10本以内、一般外来では毫鍼30本以内、円皮鍼5本以内で治療している。約300～450円である。

鍔鍼は金属の材質により金額は変わってくるが、この鍔鍼は大量に購入するものではなく、材質・形状を鍼灸師が自ら選んでいるため、ほとんどが個人購入している場合が多い。そのため、購入後の費用はかからない。電子温灸器 e-Q は本体価格が現在45,000円ではあるが、煙がでず、火事の心配はない。また、単3電池4本で1000回近く使用できるため、非常にエコであり、コストがかかってこない。温度は低温で 47 ± 2 度5秒と設定されているため、それ以上の温度がでないため、やけどする可能性も低い。高温ではもぐさエキスや枇杷エキス（別途費用）、パッチ（別途費用）を使用することによりアロマ灸もできる優れたものである。

【場所・環境】

鍼灸以外には、ベッド1台、枕1つ、タオル2枚、衣服を入れるカゴを要する。ベッド脇にはある程度の作業スペース（トレイを動かしても問題がない程度）が必要である。また、灸を使用する際は火災報知機の問題となるため、うまく換気できる場所であることが必要である。

明治国際医療大学附属鍼灸センターでは、1ブース内にベッド1台、タオル2枚、カゴ1個、机、ワゴンの他に、冬場や冷えの強い患者に使用する遠赤外線がある。しかし、あくまで固定した鍼灸室の場合であり、病棟や外来で鍼灸治療を行う場合は、鍼具を設置したワゴンだけで十分である。



3. スタッフの体調管理

平成24年4月から現在、福知山市民病院における緩和ケアチームに所属し、疼痛管理をはじめ様々な疾患・愁訴に対しての鍼灸治療介入を試みた。今回、病院内での鍼灸治療開始当初より、医療スタッフから頭痛を伴う肩こりなどに対する「鍼治療」はないだろうか？といった質問が多く、我々としても「鍼灸治療」がどれだけの効果があるのかをスタッフに認知させるためにも、緩和ケアチーム（患者に関わるスタッフ）の有訴率等の調査から体調管理に対する有用性について調査した。

また、愁訴を訴えたスタッフからの働きかけを中心とし、鍼灸師側からの働きかけは一切行わなかった。時間的な制約もあるため、対象は医師（制限なし）と一部の病棟に勤務する看護師、介護福祉士とし、一度の治療にかかる時間を5分以内、介入手段としてはシールタイプであるパイオネックス（直径0.2mm×長さ0.6mm）を採用した。業務上の問題もあるため、全ての業務を終えた後の対応とした。重症であると判断した場合のみ毫鍼を使用し、治療時間は10～15分とした。

平成25年4月末より開始し、10月末までの間、のべ155名のスタッフからの依頼があった。

愁訴別分類では、疼痛 64 名、肩こり 103 名、冷え 17 名、難聴 13 名、浮腫 14 名、しびれ 14 名、耳鳴 18 名、喉の閉塞感 3 名、下肢だるさ 5 名、ストレス 6 名、倦怠感 8 名、その他 17 名であった(併用疾患あり)(図 1)。

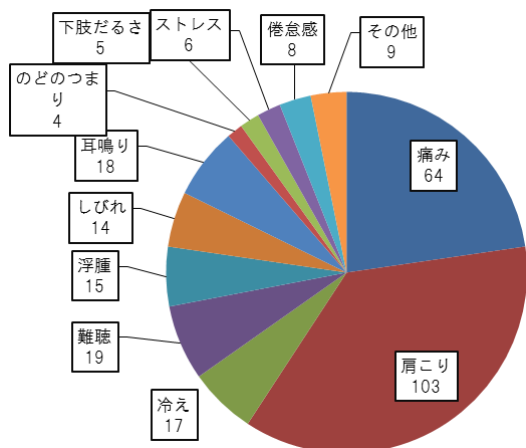


図 1. スタッフの愁訴別分類

福知山市民病院では電子カルテを採用しており、職種によっては PC の前に何時間も座っていることが多い。つまり、もっとも多く訴えられた「肩こり」の原因、もしくは増悪因子の 1 つと考えられた。肩こりを訴えた中には、同時に頭痛や、天候の影響から「コリを通り越して痛い」「手がしびれる」といった症例も少数ながらにあった。疼痛 64 例では、上記で記したように、肩こりからくる痛みをはじめ、原因不明の突発的な『頭痛』が最も多かった(図 2)。

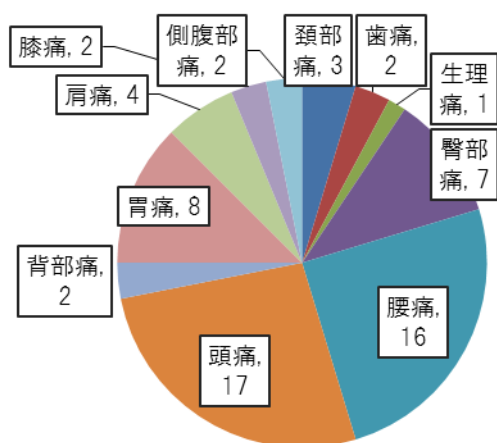


図 2. 疼痛愁訴の分類

していたが、痛みの緩和を認めない場合が 9 割近くいた。

このケース 1 は、日頃から頭痛に悩まされており、この日も起床時から頭痛があり、午前中にロキソプロフェンナトリウムを使用するも軽減には至らなかった。痛みの強さは VAS=39mm だったが、頭全体がズキズキと刺々しい痛みで、相談された時も、軽度苦痛表情が認められた。

この症例では手の経穴 2 カ所に鍼灸治療を行う事で、約 2~3 分後には VAS=20mm に軽減。痛みも刺々しいものではなくなったと、笑みも認められた。

次に占めたのが、『腰痛』だった。腰痛の訴えは、一般的にも非常に多く、看護師および看護福祉士には「患者を支える」、「抱きかかえる(持ち上げる)」といった、腰に負担のかかる動作がある。勿論、そのためにレクチャーを受けてはいるものの、無理な姿勢での作業や、突然の動作により起こることも少なくない。

<腰痛ケース 1>

実際に、重い物を持ち上げたわけでもないにもかかわらず、痛みが発症。ロキソプロフェンナトリウムや湿布を使用するも痛みが軽減せず、「痛みで患者を持ち上げることができなくなってきた。辞めなくてはならないかもしれない」と周囲に漏らす深刻な問題を抱えた 1 例があった。

このケースでは院内の整形外科での治療を受けていたにもかかわらず、症状の増悪からリタイアを考慮していた重症例であるが、1 度の鍼灸治療を行う事で、腰痛が軽減に至った。その後も、不定期ではあるが、時間の合う時に治療を行い、従来の業務に復帰することが可能となったケースである。

<腰痛ケース 2>

普段はデスクワークが中心で、朝起きた時には仰臥位からの立ち上がりができず、靴下を履く動作すらままならないケースもあった。仰臥位になるにも四つん

<頭痛ケース 1>

今回、治療した頭痛を愁訴とした者は勤務時間前、最中にロキソプロフェンナトリウムや頭痛薬を使用

這いになる必要があり、午前中にロキソプロフェンナトリウムを飲んでも少しマシになる程度であり、整形受診も考えたが、湿布だけかもしれないという事から、まずは鍼灸治療してからにしようと相談を受けた。治療前 VAS = 83mm であったものが、治療直後には VAS = 62mm になり、立ったまま靴下を履く動作が簡単に行えるようになった。念のため、来週にも治療をすすめ、確認したところ、1 度目の鍼灸治療を受けた直後は「少しマシかな？」という程度であったが、晩にぐっすり眠り、翌朝には腰痛は完全に消失していた。

また、病院内では女性の多く活動する職場であるため、冷え、浮腫みの訴えも少なくなかった。冷え、浮腫みは日頃からの対策が必要でもあるため、家でもできるツボ押し等を指導するも、仕事疲れのためできずに終わっていた。そのため、回数を要するが、鍼灸治療によって冷房の効いた室内でも、足の冷えは改善するようになった。浮腫に関して、一度の治療で改善はしないため、定期的に受ける必要はある。

その他には、複数回定期的治療を行っていたが、東洋医学的に触診した結果反応が改善しなかったため、病院受診を勧めたケースがあった。多忙から受診する時間がなかったため、近々行われる職員健康診断にてオプションで胃カメラの詳細検査をつけたところ、「ピロリ菌」が発見され、西洋医学的な治療へ早期つなげることができた。

【まとめ】

鍼灸治療は「肩こり」「腰痛」といった整形疾患だけでなく、簡単な診察所見によって、病気の早期発見が可能であることを示唆した。また、鍼灸治療は副作用がほぼないため、西洋医学的治療の妨げにはならない。つまり、現時点で何かしら疾患を抱え、服薬をしている者でも鍼灸治療を受けることは可能である。

日常的メンテナンスにより、体調を整え、予防できることから、スタッフの体調管理として鍼灸治療は優れているといえる。

この2年間で多くの医療スタッフと関わり、患者を癒すことはできても、医療者側の癒しが不足している。優秀な医療スタッフであるからこそ、病院の財産である。優秀な人材に対し、支障をきたしたことを理由に退職といった手段をとらせないためにも、日々の体調管理が必要であると考えられ、鍼灸を推奨する。

また、福知山市内では鍼灸院・整骨院は京都市内と比較しても少なく、また鍼灸のみで治療を行っている所は数少ないため、非常に宣伝になると考える。

