

糖尿病教育入院・患者の知識獲得と 意識変容に及ぼす患者間の影響

稲垣美智子 河村 一海 平松 知子
武田 仁勇 真田 弘美 須釜 淳子
中村 直子 松井希代子 永川 宅和

KEY WORDS

admission for patient teaching, relationship among patient, behavioral Change.

はじめに

糖尿病は患者自身による日常生活管理が必要な疾患であり、そのための知識獲得や行動変容次第で疾患の予後が左右される。その効果的な方法として教育入院が位置づけられ、多くの病院で導入される傾向にある。これは、教育入院に同意した患者に療養生活に必要な知識や技術を一定の入院期間に既にプログラムされた内容で教育するものである。しかしその方法は、教育する内容（知識や技術）に主眼がおかれているのが現状である。近年、患者自身が自己管理していくためには、知識や技術の習得と並行し自己効力感が重要な因子であることがいわれている¹⁾が、その方法は模索中である。

本研究では、教育入院の特徴である集団、つまり同時期に入院した患者同士が、それぞれの自己効力感に与える影響を検討することを目的とした。このことは、教育入院における教育方法に患者関係を意識的に導入することの意義を検討する資料となると考えられる。

用語の定義

自己効力感

何らかの課題を達成するために必要とされる技能が効果的であるという信念を持ち、実際に自分がその技能を実施することができるという確信のことである。つまり自分が行動しようと思っていることについての根拠のある自信や意欲の効能が自己効力であるという定義²⁾を採用した。

方 法

1. 対 象

平成10年11月17日～11月30日に金沢大学医学部附属病院第2内科の2週間の糖尿病教育入院を受けた患者3名を対象とした。3名は教育入院用の一つの病室で入院期間を過ごすシステムになっている。

2. 方 法

1) データー収集方法

看護者、医師、栄養士から受けた指導に対する評価および患者が自己効力を高めていると思われる発言や行動変容への意欲が表出されていると思われる発言を糖尿病教育入院記録から抽出した。糖尿病教育入院記録は、看護者、医師、栄養士がそれぞれ実施した教育と患者の反応が記録されている。

対象の特性である疾患名、年齢、職業、家族構成、糖尿病歴、入院時の空腹時血糖・HbA_{1c}、合併症の有無および教育入院や糖尿病に対する思い、治療に対する反応も糖尿病教育入院記録から把握した。

2) データー分析方法

抽出した内容は事例ごとに変化があったと判断した事実を記述し、患者間での影響については、相互の共通性や特徴を記述した。

結 果

1. 対象の背景(表1)

対象の特性を表1に示した。対象は全員男性でインスリン非依存性糖尿病であり、うち2名が今回の入院前外来受診で初めて糖尿病を指摘された。1名は他疾患で定期的に外来通院しており3年前から糖

表1 対象の背景

	Y. O氏	H. K氏	S. M氏
年齢	51歳	73歳	66歳
糖尿病歴	1カ月半	3年	2カ月
入院時の空腹時血糖、HbA1c	133、9.9	107、6.4	78、5.1
合併症の有無	なし	軽度神経障害	なし
家族構成	妻(45歳)、長男(17歳)	娘夫婦(娘婿43歳、娘40歳)、 孫2人(長男15歳、長女12歳)	妻(60歳)
職業	会社経理	保護司(定年退職前は小中学校 教員)	保険代理店勤務
教育入院することに対する思い	今回の入院はチャンスだと思 って頑張る。	教育入院後は自信をもって生活 していきたい。	一生懸命頑張ろうと思う。こ の入院は、苦しいことはない。
教育入院に期待していること	・健康になること。	・病状が果たしてどんな状況な のか。 ・手足のしびれ、目のいらつき がなおればよい。	・食事療法、運動療法につい ての学び。

尿病を指摘されてはいたが、特に症状もなく放置していたところ、手足のしびれを自覚し合併症についての不安も生じたため外来主治医より教育入院をすすめられ今回の入院に至った。3名とも教育入院で学習することに意欲的な姿勢を示していた。

2. 他の患者から受けた影響(表2)

1) Y. O氏

3名の中で最年少であった。糖尿病の罹病期間は最も短期で、血糖コントロールは悪かった。

教育内容への関心や理解力は指導時の質問が的を得ていること、知識テストが達成されていることから高いと判断された。

また、療養行動の実行力は運動について糖尿病診断時から積極的に実施した実績をもっていた。今回の入院における知識や行動の変化は、退院間近の時期(入院9日目)の言動で、「なんとなく糖尿病についてわかってきたよ」という発言があり、退院時には「退院後が本番。運動療法、食事療法の詳しい中味までわからず言われたとおりに入院前はやっていたが、入院して自己血糖測定し、食事療法や運動療法の効果が数字の変化となって現われるのが分かり、

あらためてその重要性が実感できた」との発言があり、食事療法や運動療法の効果が数字の変化となってあらわれることの実感が行動の意義付けになったことを示していた。

他の患者から受けた影響は禁酒の決意であった。Y. O氏は飲酒の習慣があり、糖尿病が疑われる前は飲酒量、ビール500ml+酒2合/日×20年であった。糖尿病が疑われてからはビール1.5l/日でがまんしていた。しかし「飲酒するためなら、ごはんが減ってもよい」「飲酒してはいけない人もいるのですか」と教育が進んでも飲酒のことの質問が多かった。「しょうがない、やめるか」の発言がされたのは10日目であった。飲酒および禁酒について、同室のS. M氏からも「いかにして止めるか」を説得されている様子が毎日観察された。

S. M氏はY. O氏より年齢が高いこと、飲酒および禁酒経験があり、罹病期間が類似しているという特徴があった。またS. M氏は糖尿病はすべての病気に通じて全身を弱くする病気であるのとらえ方をしていた。

表2 問題解決に及ぼした因子と知識や意識の変容

	Y. O氏	H. K氏	S. M氏
問題点	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒の習慣があること(飲酒するためならごはんが減ってもいい)。 ・昼食は表6(野菜・ミネラル)が不足傾向(毎日弁当購入)。 →飲酒の是非および頻度や量について最も知りたい様子。 	<ul style="list-style-type: none"> ・娘が食事仕度してくれるが、簡便な食品(冷凍食品やインスタント食品など)の利用が多いらしく、野菜不足と表5(油脂・多脂性食品)の摂取が多くなりやすい。 	
問題解決に及ぼした因子	<ul style="list-style-type: none"> ・S. M氏より飲酒を「いかにして止めるか」を説得され「しようがない、やるしかない」と節酒することを受け入れた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事療法に対し、調理する人が大変なのではないかという思いでいたが、他患より「妻は、この方が楽と言っている」と聞いて安心された。 ・「2人の仲間がいたことで、とても励みになり、学習意欲もわいた、とてもよい2週間であった」と教育入院したことでの満足感を語られた。 	
知識や意識の変容 その他	<ul style="list-style-type: none"> ・「入院して自己血糖測定し、食事療法や運動療法の効果が数字の変化となってあらわれるのが分かり、あらためて実感できた」と教育入院による意識変容が見られた。 		<ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病にだけはなりたくなかった、今が一番大事なときなので、なんとか治したい、糖尿病は全身を弱くしてしまうので…と、糖尿病はすべての病気に通じる悪い病気だと思っている。 ・「この教育入院が終わったら、耳鼻科へ副鼻腔炎の手術しに行く。手術とかしたら、なおさら血糖が高くなるし十分に、今の時期、血糖値を安定させとかなないといけないね」と健康管理全般に関し、とても熱心。 ・「今後の生活について知識を得ることが出来た。これを自分のものとし実行していく」と自己効力が高まっていたと述べた。

2) H. K氏

3名の中で最も年長であった。罹病期間は3年で、軽度の合併症ももっていた。

教育内容への関心や理解力は、指導者がゆっくりと一つ一つ確認しながら説明していく必要があった。しかし自己血糖測定のように細かい手技が必要なものについて、同室患者に聞きながら何回も自分で練

習をして確実に自分のものとしていく、関心と実行力が観察された。

今回の入院における知識や行動の変化は、特に運動療法と食事療法の必要性の理解であった。運動療法については「これまでなぜ運動するように言われるのか分からなかったが話を聞いて分かった」という発言が聞かれ、運動すると血糖が下がることに

いては同室のY. O氏が運動時に低血糖を起こしたことを直接見たことで理解が深まったと話した。

また退院時には「これまで食事を残すことは、作った人に悪い気がしたこと、もったいないということで、出たものを全部食べていたが、それが良くないことが数字で理解できた」「運動療法や食事療法が何故大切なのか、血糖値がよくなったこと、数字で変化してきたことを実感できよく分かった」と、行動が数値に表れることによる行動との関係の実感を語った。

他の患者から受けた影響は、家族に食事療法を協力してもらうことへの遠慮の軽減であった。

H. K氏は長女夫婦と同居しており「長女も仕事をもっているのであまり迷惑をかけたくない」と長女に食事の単位計算をしてもらうことを気にかけていた。しかし他の2名が「妻は、この方が楽と言っている」とコメントしていることを聞き安心していた。退院時「2人の仲間がいたことで、とても励みになり、学習意欲もわいた。とてもよい2週間だった」「同室の他の2人の研究的意欲に刺激され、いろいろ勉強させられた。同室の仲間にも影響されることが大事であると痛感させられた。感謝している」と述べ、教育入院したことでの満足感が語られた。

H. K氏と比較し他の2名は年齢が低いこと、罹病期間が短く合併症もないこと、学習意欲に燃えていること、食事療法は妻が主体である、現役での仕事をしているなど、2名で共通していたがH. K氏とはおいてはすべてに異なっていることが特徴であった。またH. K氏の入院への期待は、「自信をもって生活していきたい」であり、他の2名が「がんばる」ことを挙げているのに対して性質が異なっていた。

3) S. M氏

罹病期間は2ヶ月であるが、40歳頃に75gブドウ糖負荷試験で境界型の指摘（治療は不要）を受けており、既に栄養指導を受けた経験があり3名の中で一番知識があった。また血糖コントロールは良好で、指標である空腹時血糖、HbA_{1c}値は正常域であり、耳鼻科での副鼻腔炎の手術に備えての教育入院であった。

S. M氏の知識は、今回の入院により変化したというよりこれまでの知識の再確認であった。このことは、「今回は知識や方法を再認識することができた」という退院時の発言からも確認できた。

また運動療法として、他の患者を誘い兼六園まで散歩に出かけ、カロリーカウンターの数字を励みに

がんばって歩くなど、知識を行動に移す段階を示していた。

他の患者から受けた影響は、リーダーシップをとる立場におかれていたことであった。集団指導の場面での質問の仕方や同室の2名に、油の摂取過剰にならないような自分なりの工夫（ドレッシングの代りに酢を使用、揚げものの衣をとるなど）を紹介したり、飲酒をやめられないY. O氏を真剣に説得する行為がそれを示した。

考 察

本研究結果である患者同士がそれぞれの自己効力感に与えた影響を、集団がもつ機能から考察し患者教育への導入について考察を加えた。

近年患者中心にある糖尿病管理の必要性に加えて患者を内発するような患者教育、自己効力感を育てる患者教育、心理学的アプローチ^{3,4)}の必要性が報告されている。その一つに糖尿病患者を対象としたグループ療法の試みが報告⁵⁾されている。スパイラ⁶⁾はグループ療法の目標を、教育的な情報提供、コーピング・スキルの伝達・学習、対人的・情緒的サポートを挙げている。一般にグループ療法は目標に応じた意図的なグループ編成とファシリテーターを必要とする。

本研究のこのグループとみなし考察するとファシリテーターとしての意図的な介入はないが、3名は同じ糖尿病について学習するという共通の目的意識をもっており、仲間意識が存在していたと考えられる。さらにコントロールの良さにおいてS. M氏はお手本的存在であることがいえる。その意味でも3名はS. M氏をリーダーとして自他とも認めていることが予測される。事実S. M氏はリーダーとしての役割をになっており、グループ員の役割が形成され、グループとしての機能を備えていたといえる。そしてY. O氏は飲酒の問題、H. K氏は家族の負担感への遠慮をもっており、これらの問題は糖尿病患者にとって頻度の高い問題であり、共通の問題意識として成立し、仲間意識と問題意識の高揚をもたらしたことが推測できる。このことは、エンパワーメントの過程⁷⁾に類似している。つまり学習者の成長段階には、参加者が互いに自分の経験を語り、聞きあうことで自分たちの問題点を共有する。そしてその問題点について語りあいより理解を深め分析し問題解決の糸口をさがし、そのことがさらに仲間意識を高め、具体的な問題解決のための行動に移すというものである⁸⁾。本研究では行動の実際を確認に至っ

ていないが、3名の言動からみて類似していることが考えられた。

つまり、グループ療法の範疇にありながらもその機能はエンパワーメントを促進するものであったといえる。

糖尿病患者教育において食事療法や運動療法の継続や実行力への指導は大きな課題である。努力しても成果があがりにくい、挫折するなどは実行力に対する自信を患者から奪うことがしばしばである。これまでは、このような個人の能力の限界は、患者教育とは別枠でのセルフヘルプグループを活用するなど補ってきていた。本研究における結果は、患者教育の中に積極的に患者同士の影響のしかたを集団という観点から意識的にとり入れることの有効性を示唆するものであると考えられた。

研究の限界として今回は対象3名全員が自発的に望んで入院したという特徴に限定されるともいえるので、今後は医師や家族など自分以外の者からすすめられて入院した教育入院患者らについても検討する必要がある。

まとめ

糖尿病患者の教育入院において、患者同士の影響が患者の問題解決の意識変容に与える影響を検討した結果、エンパワーメントの過程に類似しその構造が説明され、積極的導入の有効性が示唆された。

文献

- 1) 木下幸代：糖尿病の自己管理を促進するための教育プログラムの作成，日本糖尿病教育・看護学会誌，1（特別），73，1997.
- 2) Bandura, A. 原野広太郎監訳：社会的学習理論—人間理解と教育の基礎—，金子書房，1979.
- 3) 石井 均：糖尿病の心理学的アプローチ2セルフケア行動開始の援助，プラクティス，14：112—115，1997.
- 4) 安酸史子：糖尿病患者教育と自己効力，看護教育，30(6)，29—36，1997.
- 5) 秋本倫子，外川晴美他：高齢者糖尿病のグループセラピー，日本臨床増刊号（糖尿病'2），55：646—650，1997.
- 6) Spira, J.L.: Understanding and developing psychotherapy groups for medically ill patients, The Guilford Express, 1997.
- 7) 清水準一：ヘルスプロモーションIにおけるエンパワーメントの概念と実践，看護教育，30(6)，9—14，1997.
- 8) 西田真寿美：自己コントロールとセルフケア，看護教育，30(6)，15—21，1997.

Effects of the relationship among diabetes patients who admission for learning diabetes's knowledge and behavioral change.

Michiko Inagaki, Kazumi Kawamura, Tomoko Hiramatsu, Hiromi Sanada
Junko Sugama, Naoko Nakamura, Kiyoko Matsui, Takukazu Nagakawa