

# Development of the Salt Reduction and Efficacy Maintenance program in Indonesia

メタデータ	言語: eng 出版者: 公開日: 2019-12-31 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2297/46903">http://hdl.handle.net/2297/46903</a>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.



様式4A

## 学位論文要旨

学位請求論文題名

Development of the Salt Reduction and Efficacy Maintenance Program in Indonesia  
(インドネシアにおける減塩と係る自己効力感維持のためのプログラム開発)

著者名・雑誌名

Andi Masyitha Irwan, Mayumi Kato, Kazuyo Kitaoka, Eiichi Ueno,  
Hiromasa Tsujiguchi, Miho Shogenji

Nursing and Health Sciences (受理：平成28年7月7日) 18(3), 2016 (予定)

金沢大学大学院医薬保健学総合研究科保健学専攻

看護科学	領域
<u>高齢者リハビリテーション・精神看護学分野</u>	
<u>学籍番号 1329022030</u>	
<u>氏名 Andi Masyitha Irwan</u>	
<u>主任指導教員名 加藤 真由美</u>	
<u>指導教員名 北岡 和代</u>	
<u>指導教員名 城戸 照彦</u>	

### 【研究背景および要旨】

高血圧症は脳血管疾患など生活の質に関わる健康問題の原因となっており予防が重要である。高齢者の2/3は高血圧症を発症しており、降圧剤の使用、体重維持・減少、脂肪摂取量減少、アルコール摂取制限、定期的運動、喫煙が勧められている(7<sup>th</sup> JNC, 2003)。これらの継続した実践にはセルフケア行動の変容が必要であり、それには高血圧症に関する知識、技術、態度をもつだけでなく、自己効力感をもつことが必要である。自己効力感とはある状況において必要な行動を遂行できるという自信のこと(Bandura, 1986)である。先行研究では薬剤治療や運動療法に関する研究が主にされている状態であり、減塩に焦点化したセルフケアに関する研究は非常に少なく、高血圧症の危険域にある高齢者を対象とした研究も少ない。

本研究の目的は、インドネシアの高血圧症を有するもしくは高血圧症の危険域にある地域高齢者を対象に開発した塩分摂取を減少、そして維持させるためのセルフケア・自己効力感に係る介入プログラムの効果を検証することであった。

### 【研究方法】

研究参加者はインドネシアの東部に位置する1都市に居住する60歳以上の高齢者51名であり、分析対象者は引っ越しなどで脱落した者を除く45名であった。選定基準は収縮期血圧値が120 mmHgより高い、または拡張期血圧値が80 mmHgより高い状態にある(WHO, 1999)と6ヵ月以内に高血圧症と診断された高齢者を対象とした。

研究デザインはランダム化比較試験であり、1) 減塩と自己効力感の改善、そして2) それらが維持できたかを検証するため3つの群を設けた。対照群は2群あり、‘減塩ができ、自己効力感が改善したか’を検証するために比較する「通常のケア群」(17名)と、‘減塩が維持でき、かつ自己効力感が維持できたか’を検証するために比較する「減塩群(SRT群)」(13名)から成った。介入群は通常のケア+減塩に係る自己効力感維持のためのプログラムが実施された群(SREM群)」(15名)のことであった。プログラムはOremのセルフケア不足理論、Banduraの自己効力感理論を基盤に開発しており、動機づけなど減塩のセルフケアと自己効力感を改善するための2回のトレーニングセッションと、それらを維持するためのグループ交流会から成った。トレーニングセッションの実施方法はイラストを用いた参加型の講義や事前にプレテストでトレーニングした高齢者にロールモデルになったもらい実践状況を述べてもらいグループ全員でその経験を共有することに加え、ハーブなど塩以外の健康的な調味料を用いた料理の紹介と実技・試食、交流会では減塩に関する工夫でうまくいったことの情報共有や、困ったことに対してグループ員が助言した。講義内容は塩分の過剰摂取による健康問題への影響、過剰摂取しないことの重要性、減塩に関するセルフケアの方法などについてであり、実技は塩分濃度について認知レベルで理解してもらうことなどを目的に調理のデモンストレーションを導入した。大切なことは強調して述べるなど高齢者の学習理論を用いた。SRT群では2つのトレーニングは実施されるが、交流会は実施されない。

効果評価のための測定はベースライン、2回のトレーニングセッション後、交流会後の3回実施し、指標は高血圧症に関するセルフケア尺度、セルフケア態度、スープ中の塩分濃度(%)、尿中の塩分含有量(g)、一般的自己効力感尺度などを用いた。分析はChi-square, Fisher's exact, one-way between groups ANOVA, one-way repeated ANOVA, Tukey's testを用いた。有意水準は0.05未満とした。交流会参加者の発言内容はテキストマイニング(KH Coder)を用い、主要用語で世帯ごとのコーケーション分析を行った。

本研究は金沢大学医学倫理審査委員会から承認を得て実施した(承認番号:546-1)。

### 【結果】

SREM群は高血圧症に関するセルフケアの知識の合計得点においてベースラインとトレーニング後間、ベースラインと交流会後間に有意差があり、 $31.3 \pm 5.4$ 点から $39.5 \pm 5.8$ 点( $p < .01$ )へと増加し、その後も $40.7 \pm 4.8$ 点( $p < .01$ )と維持した。一方、通常のケア群には有意差はなかった。スープ内の塩分濃度は、SRT群において $3.2 \pm 3.3\%$ から $1.1 \pm 1.5\%$ へと推移したが、その後 $3.8 \pm 2.7\%$ ( $p < .05$ )へとリバウンドし、リバウンドにおいて有意差がみられた。一方、SREM群では $2.9 \pm 4.8\%$ 、 $1.8 \pm 2.3\%$ 、 $2.1 \pm 3.2\%$ へとリバウンドなく推移した。自己効力感尺度の得点は通常のケア群では $30.2 \pm 5.9$ 点から、 $30.0 \pm 6.3$ 点、 $29.6 \pm 6.6$ 点へと全く変化がなかった。一方、SREM群の推移はSRT群の推移と同様であり、SREM群は $29.1 \pm 4.7$ 点、 $34.5 \pm 4.1$ 点、 $35.4 \pm 3.6$ 点へ、SRT群は $28.9 \pm 5.1$ 点、 $36.9 \pm 3.9$ 点、 $35.5 \pm 3.4$ 点へと推移し、共にベースラインとトレーニング後間( $p < .01$ )、ベースラインと交流会後間( $p < .01$ )に有意差がみられた。主要用語「料理する」「食べる」において、高齢者世帯や高齢者夫婦世帯は減塩料理が実践された発言があった。一方では、「抵抗する」の動詞があり、塩分を多く含有するマンゴの塩づけは「美味しく、我慢できない」という発言があった。

### 【考察】

本プログラムは高血圧症に関するセルフケアの知識向上と維持に効果があることが分かった。改善の背景には、Oremのセルフケア不足理論、自己効力感理論が働いており、セルフケアへの動機を持ちつつ知識を身に付け、根底に自己効力感が支えていたためと考えられた。Oremの理論において十分なセルフケア知識をもつには基盤に教育を行う重要性を示している(Sadeghi et al. 2013)。そして、知識と実践のギャップを埋めるにはトレーニングのように参加型にしたこと、同僚のロールモデルを用いたことで自己効力感が向上する効果があったと考えられた。

### 【結論】

SREMは高齢者の高血圧症、セルフケアに関する知識を改善させ、さらに知識の保有を維持させることができ、塩分含有量の多い献立づくりを増加させることなく維持でき、自己効力感を改善し、それを維持できることの点で、高血圧症を有する、もしくは高血圧症の危険域にある高齢者に有効なセルフケア方法であると示唆された。