

AMCoR

Asahikawa Medical University Repository <http://amcor.asahikawa-med.ac.jp/>

卒業研究抄録集(看護学科) (2016.12) 平成28年度:29-30.

2型糖尿病を有する壮年期にある有職男性のセルフケア体験

谷村 菜摘, 原 まどか

2型糖尿病を有する壮年期にある有職男性のセルフケア体験

谷村菜摘 原まどか
(指導：山田咲恵 照井レナ)

緒言

平成24年の国民健康・栄養調査によると、糖尿病の可能性を否定できない人と、糖尿病が強く疑われる人を合わせると約2050万人になると推定される。そのうち糖尿病が強く疑われる人、約950万人のうち、壮年期男性で糖尿病が強く疑われる人の割合は、19.0%である¹⁾。壮年期の男性は、何らかの職業を有しており、壮年期の男性の就業率は90%を超えており²⁾、運動しなければと思うが時間的に余裕がなく疲労できない³⁾とある。

以上のことから、壮年期にある男性は糖尿病となりやすい一方で、有職者の場合、必要なセルフケアを十分に行うことが難しい場合が多いのではないかと考える。

本研究の目的は、2型糖尿病を有する壮年期にある有職男性のセルフケアとその体験を明らかにすることである。

用語の定義

1. 有職男性：正規・非正規雇用を問わず、何らかの職に就いており、家庭・社会の主たる担い手として中心的役割を果たす⁴⁾30~60歳の男性とする。
2. セルフケア：城ヶ端⁵⁾の定義をもとに、本研究では、2型糖尿病療養者が行った、体のために良いと思っている食事・運動・薬物療法などを中心とした行動。
3. 体験：糖尿病を患って以来暮らしの中で感じたことや思い。

研究方法

1. 研究デザイン：質的記述的研究
2. 調査期間：H28年9月7日~H28年9月21日
3. 研究対象：以下の要件をすべて満たす。
 - ① 壮年期(30~60歳)の男性
 - ② 2型糖尿病に罹患し、外来通院をしている
 - ③ 職業を有する

糖尿病外来を有する管理者に本研究の目的と方法を説明し、対象者の紹介を受けた。

4. 調査内容

プレテストの結果をもとに修正した自記式質問紙とインタビューガイドを用いた半構造化面接法によるインタビュー形式で行った。

糖尿病外来を有する病院の院長と外来師長に本研究の目的と方法を説明し、対象者の抽出と内諾の取り付けを依頼した。

- 1) 自記式質問紙：①年齢 ②糖尿病歴 ③通院頻度 ④指示カロリー ⑤内服薬の有無と管理

- 者 ⑥服薬忘れの有無と頻度 ⑦運動の有無 ⑧配偶者の有無

2) 半構造化面接：インタビューガイドは、①糖尿病診断以降の生活の変化 ②糖尿病になって困っていることや工夫点 ③今後の療養生活上での希望

5. 分析方法

対象者の語りを逐語録に起こし、以下の内容を行った。

1) セルフケア：ゴードンの機能的健康パターン⁶⁾により分類し、個数を出した。

2) 体験：質的記述的手法⁷⁾を参考にコードを抽出し、類似性・相違性によりカテゴリ化した。

6. 倫理的配慮

旭川医科大学倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号：16039)。対象者に書面および口頭説明を行い、同意書への署名をもって同意とした。

結果

1. 対象者の特性

対象者の特性を表1に示す。対象者は、8名であり、平均年齢(SD)は、55.63(5.40)歳であった。内服薬は全員が自己管理しており、指示カロリーは、忘れた、知らないと答えた者が半数いた。

表1 対象者の特性

	年代	病歴(年)	食事(kcal)	薬忘れ(回/月)	家族	運動	通院(月/回)
A	40	6~10	忘れた	4~5	親	無	1
B	50	6~10	忘れた	無	妻、親	有	2
C	50	11~15	忘れた	無	妻、子	無	1
D	50	11~15	1800	10	無	無	2
E	50	16~20	1500~1600	4~5	妻、子	有	1
F	50	16~20	2000	無	妻、子	無	1
G	50	21~	知らず	2	子	無	1
H	60	21~	1800	2	親	無	1

2. セルフケア

セルフケアを表2に示す。同様のセルフケアは1つにまとめ、()内にその個数を示した。セルフケアはゴードンの11パターンのうち4パターンに見られ、[健康知覚-健康管理]6個、[代謝-栄養]11個、[活動-運動]5個、[ストレス-コーピング]4個であった。

3. 体験

糖尿病に関する体験を、表3に示す。カテゴリを【】、コードを「」で示した。糖尿病への思いとして、298コードを抽出し、33サブカテゴリ、7カテゴリを生成した。

表2 2型糖尿病療養中の壮年期有職者のセルフケア

健康管理	<ul style="list-style-type: none"> 薬を飲み忘れないように工夫している(9) 検査値を気にしている(5) 通院が継続できるような調整(4) 嗜好品の減量(4) 合併症のことも気にしている(2) 良いものや悪いものを情報収集している
代謝栄養	<ul style="list-style-type: none"> 食事の量やカロリーを気にしている(16) 1日の食事内容を工夫している(15) 油や塩分を控えている(6) 飲み物を糖分が少ないものに変えた(5) 必ず3食食べるようにしている(3) 生活が不規則なため食事也不規則(3) 意識しているが多糖飲料を飲んでしまう(2) 半分程度は自分で食事を用意している 妻が食事指導を受けた 間食をとり指示カロリーより多い食事を意識 食べる順番を工夫している
活動運動	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキング、ランニング(7) 仕事で動いている(2) 仕事はほとんど運動にならない(2) 野球 なるべく運動するように心がけている
ストレス	<ul style="list-style-type: none"> 趣味を大事にしている 病気以外に目を向ける時間を作っている あまり根を詰めすぎないようにしている あんまりイライラしないようにしている

()は、各項目の個数を示す。

表3 2型糖尿病療養中の壮年期有職者の体験
カテゴリ

糖尿病を受け入れられない
教育入院をきっかけに治療への意識が変わった
糖尿病コントロールのための生活改善の必要性の自覚
必要性を理解しながらも行動に至っていない生活習慣
内服継続への意欲
今後も糖尿病と付き合っていくうえでの不安
治療が楽になればいい

考察

対象者の多くは教育入院を経験しているが、仕事を有しているため、入院に対して否定的な感情を示していた。しかし入院したことで治療に対して前向きな感情を示すようになり、【教育入院をきっかけに治療への意識が変わった】体験をしていた。有職であると仕事の調整などで入院が難しいが、入院という経験はその後の療養生活に大きな影響を与え、生活改善のきっかけになり得ると考える。

また、有職者の場合は退院後の通院も難しく、対象者の多くは通院のために仕事を休んだり、遅れて出勤したり、調整を行って通院を続けていた。しかし、今後の生活については、減薬の希望や受診の負担軽減など【治療が楽になればいい】という思いが多く聞かれた。そのため、仕事をしながらでも通院や治療が続けられるような意識づけや治療への思いの傾聴などが必要であると考える。

家族と同居している対象者の多くは食事面で家族から協力を得ていたが、そうでない者は「糖尿病は一緒にやってくれる人がいないと大変」

と感じていた。このことから、同居する家族の有無はセルフケアに影響すると考えられる。家族からの協力が得られない対象者は、自分でできることはここまでであり、援助してほしいのはこの部分であると主体的に考え、周囲の人に伝えられるような支援が必要である⁸⁾。

セルフケアでは食事に関するものが多く聞かれた。食事は生命維持に必要であるため、仕事をしながらでも意識して行動できているのではないかと考える。しかし、対象者の半数は自身の指示カロリーを把握しておらず、このような場合、適切な食事がどのようなものなのかを考えるうえで障害となる。そのため、糖尿病診断後も治療への理解度を確認し、定期的な食事指導などをしていく必要があると考える。

運動については、運動したいと思いつながらもできていないなど、【必要性を理解しながらも行動に至っていない生活習慣】として挙げられていた。これは、仕事後や休日ではなければなかなか時間が取れないため運動できていない人が多く、運動は、仕事での活動量や勤務時間によって左右されやすいと考える。そのため、生活リズムや仕事についての情報を把握し、対象者に合わせた運動を提案していく必要があると考える。

セルフケアの中には、本人は良いと思いつても療養の内容としては不適切な行動も見られた。そのため看護職は、患者の仕事による治療への影響や、患者個人が何を重要視してセルフケアを行っているのかなどについてアセスメントすることが必要である。そのうえで、患者本人に不適切な行動を気づかせ、自ら修正できるように個別性に合った具体策を患者とともに考え続けていく必要がある。

謝辞

本研究にご協力いただいた対象者の皆様、病院関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

引用文献

- 厚生労働統計協会：国民衛生の動向・厚生指標 増刊・第61巻第9号 通巻第960号，95-96，2014.
- 総務省統計局：労働力調査(基本集計) 平成28年(2016年)2月分結果 第16表 年齢階級別就業率，2015.
- 小黒あかね：日本看護学会論文集 慢性期看護 第46号，50-53，2016.
- 林直子，鈴木久美，酒井郁子，他：成人看護学概論，南江堂，5，2011.
- 城ヶ端初子：新訂版 実践に生かす看護理論 19，サイオ出版，160，2013.
- 江川隆子：ゴードンの機能的健康パターンに基づく看護過程と看護診断，ヌーヴェルヒロカワ，2016.
- 谷津裕子：StartUp 質的看護研究，第2版，学研メディアカル秀潤社，2015.
- Virginia Henderson 湯慎ます，小玉香津子(訳)：看護の基本となるもの，改訂版，日本看護協会出版会，2006.