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

卒業研究抄録集(看護学科)(2018.12) 平成30年度:11-12.

# 成人期2型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因についての文献検討

小林 桃花, 中村 彩, 奈良 吏可

# 成人期2型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因についての文献検討

小林桃花　中村彩　奈良吏可
（指導：松田奈緒美）

## 緒言

厚生労働省によると、現在2型糖尿病の有病者と予備軍は合計で 2000 万人[1]とされ、右肩上がりに増加している。糖尿病の合併症の治療・悪化防止には食事・運動・薬物療法を中心としたセルフケアの推進が重要[2]である。成人期の2 型糖尿病患者は、職業や家族、社会的な人間関係が中心となり、義務や責任などに直面し多様な生活の広がりが出現する[3]ため、多くの役割を持ちながら自己管理を行わなければならない。先行研究では、自己管理を阻害する要因の一つとして心理的要因が影響している[4]ことが明らかになっている。しかし、心理的な要因に特化し、どのような心理的要因が自己管理に影響を及ぼすのか・心理的要因に対してどのようにケアすべきであるのかを明確にしている文献は少ない。

そこで、本研究では、職業や家庭など多く役割を持ちながら自己管理をする成人期に焦点をあて、自己管理に影響を及ぼす心理的要因を文献検討により明らかにし、それに対する有用な看護援助を考察することを目的とした。

## 用語の定義

心理的要因：2 型糖尿病の自己管理における患者の思考・感情・情動のことをいう。性格は除外する。

## 方法

**1. 研究対象**：医中誌 web 版を使用し、検索式「2 型糖尿病」「心理」「自己管理」、絞り込み条件「原著論文」「会議録を除く」「抄録あり」で検索し 112 件ヒットした。この中から、本研究の目的に合致する質的研究を抽出し、6 件を研究対象とした。その他に、「成人」のキーワードを追加し、同上の条件で抽出した 1 件も加えた計 7 件を研究対象とした。

**2. データ分析方法**：文献から成人期 2 型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因の表現を抽出し、意味内容を損なわないようにコード化した。抽出したコードを、類似性に沿ってサブカテゴリ化、カテゴリ化した。内容の抽出の際には 3 名の研究者で対象文献を熟読し、確認しながら行った。

## 結果

7 件の対象文献から、74 のコード、23 のサブカテゴリ、4 のカテゴリが抽出された（表 1 参照）。以下、カテゴリを【】、サブカテゴリを「」で示す。

【生活の中で自己管理することに対する負担感】では、仕事の都合上困難を感じることや、家族の負担を考えることで自己管理を適切に行うことが出来ていなかった。また、ストレスを抱え込んでしまうことや、周囲からの励ましがかえって重荷となることなどがあった。【周囲からの見られ方を気にしている】では、外出先でインスリン注射を打つことに対する抵抗感がある、糖尿病であることに引け目を感じるなどがあった。また、職場や家庭において、人と異なる食事を摂ることに対する孤独感もあった。【自己管理における意志の弱さ】では、糖尿病の自己管理において、身体症状がない、危機感がないなどの理由から、自己管理を怠ったり、中断したりしていた。食事療法においては、食物を粗末にしたくないという思いや食事療法を軽視しているなどがあった。運動療法では、運動することが面倒であることや、中断すると再開出来ないことがあった。【自己管理の必要性を実感している】では、医療者との関わりや検査結果を励みに、意欲的に自己管理を行っていた。また、薬物療法に対する抵抗感や、合併症の併発・病状の悪化に対する危機感も自己管理を行う動機となっていた。

## 考察

結果において、抽出された 4 つのカテゴリから、成人期 2 型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因とそれに対する有用な看護援助を以下に述べていく。

**1. 成人期 2 型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因**

カテゴリとして、【生活の中で自己管理することに対する負担感】【自己管理における意志の弱さ】【周囲からの見られ方を気にしている】【自己管理の必要性を実感している】が抽出された。

【生活の中で自己管理することに対する負担感】では、「家族に負担を与えると考えると食事療法を適切に行えない」、「仕事の都合上自己管理を行うことに困難を感じる」などがあげられており、仕事や家庭を持ち役割と疾患の自己管理との両立において生じる困難であると考えられる。また、成人期において、家族や仕事に対する責任を果たさなければならないというつらさが、糖尿病とともに生活することに負担感を与える原因となっている[5]と言われていることからも、成人期は仕事や家庭などで多くの役割を持っており、生活の中における負担感が大きく自己管理に影響を与えていると考える。

【周囲からの見られ方を気にしている】では、「職場や飲み会でインスリン注射を打つことに抵抗がある」「糖尿病であることに引け目を感じている」などがあげられている。これについて、患者は糖尿病という病気の集団に属することにより、健康な人よりも劣っていると感じ、社会生活上さまざまな不利益が生じると捉えている[6]と言われている。そのため、自分自身の価値を低く捉えたり、否定的感情が生まれたりすることから、病気を隠したいと思っていると考えられる。これより、成人期は、仕事や家庭を持っていることで、人と接する機会が多いため、特に周囲からの見られ方を意識してしまう傾向にあり、自己管理に影響を与えていると考える。

これらのことから 4 つのカテゴリの中でも、【生活の中で自己管理することに対する負担感】【周囲からの見られ方を気にしている】は、2 型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因の中でも、成人期に特徴的なものであると考えられる。

【自己管理における意志の弱さ】において、「食

事療法を軽視する」、「一度中断した運動を再開することが出来ない」などがあげられている。糖尿病患者が療養行動を実践し生活習慣を変容するためには、大きな困難を抱えている[7]と言われており、患者にとって治療を生活の中に組み入れることは容易なことではないと考えられる。これより、意志の弱さが、自己管理を妨げる主な要因となっていると考えられる。しかし、本研究では自己管理を妨げる心理的要因だけではなく、自己管理にポジティブな影響を与えるカテゴリも抽出された。【自己管理の必要性を実感している】では、インスリンに対する抵抗感や、合併症や病状の悪化に対する危機感、検査結果に対する張り合い、医療者からの励ましなどの心理的要因がある。これらのことから、心理的要因が自己管理にポジティブな影響を与えることで、適切な自己管理につながっていると考えられる。加えて、【自己管理における意志の弱さ】【自己管理の必要性を実感している】は、心理的要因の約7割を占めていたことから多くの患者の自己管理に影響を与えているといえる。したがって、これらの心理的要因に対する看護援助は、多くの患者に有用なものであると考える。

**2. 心理的要因の特徴を踏まえた有用な看護援助**

【生活の中で自己管理することに対する負担感】は、複数の役割をもつことによる負担が自己管理に影響を与えているため、仕事や家庭での役割を果たしながら自己管理を行うことに対する援助が必要である。したがって、一方的に自己管理を指導するのではなく、仕事や家庭の背景・その人の性格を踏まえた内容で指導を行う。また、自己管理を継続することに不安を持つ患者には、傾聴・受容をすることで不安が解消されるような関わりを継続的に行う。

【周囲からの見られ方を気にしている】は、人と接する機会が多く、周囲からの見られ方を気にしてしまうことが自己管理に影響を与えている。これについて患者同士が体験を共有する機会を設けることが必要であると考える。同病者の集まりに参加することで、自分だけがつらいという孤独感から解放され、仲間としての連帯感が生まれる[8]と言われていることから、この機会が自己管理を続ける上での支えとなり、問題解決に向けて努力を促すと考える。そのため、看護師は地域の患者会や家族会が、各々どのような活動をしているのかを把握し患者の仕事や家庭などの生活背景に合わせて紹介できるような準備をすることが必要であると考える。

【自己管理における意志の弱さ】は、症状が乏しく自己管理の必要性を正しく理解できていないことが、意志の弱さにつながっており、自己管理に影響を与えている。治療を生活の中に組み入れながら、病状をコントロールするためには、疾患や治療に関する知識や技術を獲得し、適切な自己管理を行うことができるようなセルフマネジメント能力が必要であると考える。そのため、自己管理において実現可能な目標の設定を行い、達成する喜びを実感してもらうなど、自己管理継続の動機付けとなるような関わりを行う。

【自己管理の必要性を実感している】については、疾患や治療に関する知識を提供するだけではなく、自己管理に対する努力や検査結果の改善を認めることで患者の意欲を高め、自己管理の継続につなげることが必要であると考えられる。特に成人期では、仕事や家庭での役割を持ちながら自己管理を行っているということを踏まえた肯定的な関わりをもつことが重要であると考える。

## 結論

成人期2型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因として、【生活の中で自己管理することに対する負担感】【周囲からの見られ方を気にしている】などの4つがあげられた。このことから、成人期2型糖尿病患者には、仕事や家庭での背景や性格を踏まえた自己管理の指導や、患者会・家族会の紹介、不安の傾聴・受容などの援助を行っていくことが重要である。

## 引用文献


1) 厚生労働省：平成 28 年「国民健康・栄養調査」の結果 https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000177189.html (2018.11.15)
2) 西尾育子:成人期の2型糖尿病患者のセルフケアの促進因子に関する研究. 日本糖尿病教育・看護学会誌, 21(1), 19, 2017.
3) 黒田裕子:成人看護学 第1版. 医学書院, 4, 2009.
4) 西尾育子:2 型糖尿病患者の食事療法継続の阻害因子と看護援助に関する国内文献の知見の統合. 日本糖尿病教育・看護学会誌, 20(1), 50, 2016.
5) 光木幸子, 土居洋子:2 型糖尿病成人期男性の感情. 日本糖尿病教育・看護学会誌, 8(2), 115, 2004.
6) 中尾友美, 高樽由美, 横田香世, 他:有職 2 型糖尿病患者の経験するスティグマとその対処. 日本糖尿病教育・看護学会誌, 19(2), 126, 2015.
7) 大原裕子:セルフケアをしていくうえで糖尿病患者がもっている力に注目する. 糖尿病 医師・医療スタッフのプラクティス, 30(4), 414, 2013.
8) 梶山祥子, 原信子:慢性疾患をもちながら生きる人々へのサポート. 南山堂, 122, 2000.


## 対象文献


1) 伊藤ふみ子, 風岡たま代：糖尿病をもつ壮年期の女性の自己管理と日常生活との関連-専業主婦に焦点をあてて-. 横浜創英短期大学紀要, 4, 31-40, 2008.
2) 村上美華, 梅木彰子, 花田妙子:糖尿病患者の自己管理を促進および阻害する要因. 日本看護研究学会雑誌, 32(4), 29-38, 2009.
3) 中村小百合, 足立はる彖, 天野瑞枝:成人期の 2 型糖尿病患者が抱く食事の自己管理行動に関する認識と情動. 日本看護医療学会誌, 11(1), 15-24, 2009.
4) 小田梓, 近藤考朗, 中村明由佳他:2 型糖尿病患者が入院に至るまでのセルフマネジメント. 29(2), 8-17, 2017.
5) 直成洋子, 板垣雅美, 渡辺春華:外来通院している 2 型糖尿病男性患者の生活上の困難さ. 茨城キリスト教大学看護学部紀要, 2(1), 37-44, 2010.
6) 渡邊亜紀子, 佐藤栄子:糖尿病患者の食事療法に対する葛藤の要因. 日本糖尿病教育・看護学会誌, 12(1), 17-24, 2008.
7) 山本裕子:初期 2 型糖尿病患者の糖尿病と診断されたこととセルフケアに対する思い. 大阪府立大学看護学部紀要, 17(1), 45-53, 2011.


**表1　成人期2型糖尿病患者の自己管理に影響を及ぼす心理的要因**

| カテゴリ | サブカテゴリ（コード数） | |
|---|---|---|
| 生活の中で自己管理をすることに対する負担感 | 自己管理を行うことに負担を感じる(6) | 辛い気持ちを発散することが出来ず抱え込む(2) |
| | 家族に負担を与えると考えると食事療法を適切に行えない(3) | 周囲からの励ましがかえって重荷となる(1) |
| | 仕事の都合上自己管理を行うことに困難を感じる(3) | 自己管理を続けていくことに対して不安がある(4) |
| 周囲から見られ方を気にしている | 職場や飲み会でインスリン注射を打つことに抵抗がある(3) | 食事療法を行うことに孤独を感じている(2) |
| | 糖尿病であることに引け目を感じている(4) | |
| 自己管理における意志の弱さ | 意志が弱く、自己管理を適切に行えない(8) | 運動することが面倒である(1) |
| | 一度中断した運動を再開することが出来ない(1) | 食事療法を軽視する(6) |
| | 年々自分の病気に対する危機感が薄れる(1) | 食物を残すことをもったいないと思う(2) |
| | 検査結果に油断し自己管理を適切に行えない(2) | 身体症状がなく自己管理を行う動機がない(4) |
| 自己管理の必要性を実感している | 糖尿病であることを受け入れ自己管理の必要性を実感している(7) | 合併症の併発や病状の悪化を恐れ自己管理を行う(8) |
| | 自己管理を適切に行うことができるよう意識している(3) | 医療者との関わりが治療の励みとなる(4) |
| | 薬物療法に対して抵抗があり、食事で管理したいと思う(2) | 検査結果を張り合いにし、意欲を高めている(1) |