

口腔領域のがん患者の退院後の日常生活の困難と支援

國澤千恵¹⁾／石尾正子²⁾／周田恵²⁾／善本覚子²⁾
祐井智美³⁾／槇埜良江⁴⁾

1) 広島大学病院(北病棟)緩和ケア認定看護師, 2) 同(北病棟)看護師,
3) 同(北病棟)看護師長, 4) 同(緩和ケアチーム)がん看護専門看護師

口腔領域のがん患者は、術後、顔貌の変化や、摂食・会話機能など日常生活に障害をきたすことが多いため、退院後、他者との関わりが難しく、孤立しやすい状況にあります。

私たちは、入院中から日常生活の問題や不安を軽減できるような支援が必要であると考え、治療後の患者の生活実態調査を行ないました。退院後の日常生活において患者がどのようなことで困難を感じ、それにどのように対処しているかについて明らかにし、看護師が行なう支援について検討しました。

目的

口腔領域のがん患者が退院後の日常生活で困っていることを明らかにし、入院中より必要な支援について検討する。

調査方法

■対象者

口腔がんの治療後、外来に通院している患者 59 名(男性 31 名、女性 28 名)(倫理的配慮については、調査研究の主旨をまとめた紙面を示して説明し、同意を得た)。

■調査期間

2008 年 9 月～2009 年 2 月

■質問内容(質問紙による調査)

① 年齢, ② 性別, ③ 家族背景, ④ 日常生活で困っていること, ⑤ 行なっている工夫, ⑥ 相談相手, ⑦ 支えとなっている人, ⑧ どのような支えがよかったか, ⑨ 役に立った情報について

結果

対象者の背景を表 1 に、日常生活で困っていること、行なっている工夫について表 2 にまとめました。

■退院後の日常生活で困っていること、工夫していること

退院後の日常生活で困っていることは、主に【食べること】【話すこと】【外出すること】の 3 つでした。その他には、気分の落ち込みや、体力の低下などがありました。

【食べること】の困難に対しては、「柔らかく煮る」「刻む」「ゆっくり食べる」など食事形態や食べ方を工夫していました。

【話すこと】の困難については「ゆっくり大きな声で話す」「お腹に力を入れる」「歌を歌う」など声の大きさや方法を工夫していました。しかし、発声の難しさ、大変さを訴える回答もあり、回答の約半数には工夫の記載がありませんでした。

【外出すること】の困難については、容貌の変化や傷を隠すために「かつらをつける」「スカーフをつける」などし、外出の際には「家族に付き添ってもらう」「友人の手助け」などが必要と回答されています。「ミキサー食のため外食ができず、外出できない」「通院日が(唯一の)散歩(外出)になっている」という回答もありました。

■相談相手、主に支えてくれた人と支えの内容について(表 3)

退院後、主に支えてくれた人についての回答は、家族と医療者があげ

られています。

家族の支えは、「話し相手になってくれる」「励ましてくれる」などの精神的な支えと、「通院や身の回りの世話をしてくれた」などの日常生活(食事や活動など)の支えでした。

医療者からの支えは、主に精神的な支えという回答でした。

■役に立った情報(表 4)

退院後の生活のなかで役に立った情報の情報源は、大きく医療者と同病者に分けられました。

とくに医療者からの情報が多くあげられ、その内容は「口腔ケアの方法」「がんについての知識(精神面への影響)」「退院後の生活」「食事の工夫」などでした。

同病者(同じ手術をした人)からは、術後の経過や病院選びについての情報を得ています。

ほかに「本やテレビから」「自分で調べる」という回答がありました。

考察・課題

口腔領域のがん患者の治療後に生じる食事や会話などの機能障害は、同病者や医療者のなかで過ごす入院中よりも、退院後に日常生活を送るなかで、より強く困難を感じていると思われます。そのため、実際に直面する困難に対して、適切な時期に適切な支援をしていくことが求められます。

とくに、【食べること】【話すこと】【外出すること】の支援は生活の基本となるところです。

【食べること】については、退院後に困難を強く感じ、自らで工夫していることから、入院時から退院後の生活を予測し、調理方法の指導を行なっていくことが重要としました。具体的な取り組みとして、パンフレットでの情報提供と、栄養士による調理方法の指導です。

【話すこと】については、会話機能の障害により、他者に話す内容が伝わりにくいことからどうしても消極的になってしまうことがあります。入院中から口腔リハビリの方法を情報提供し、在宅でも継続できるよう

表 1 対象者の背景(人)

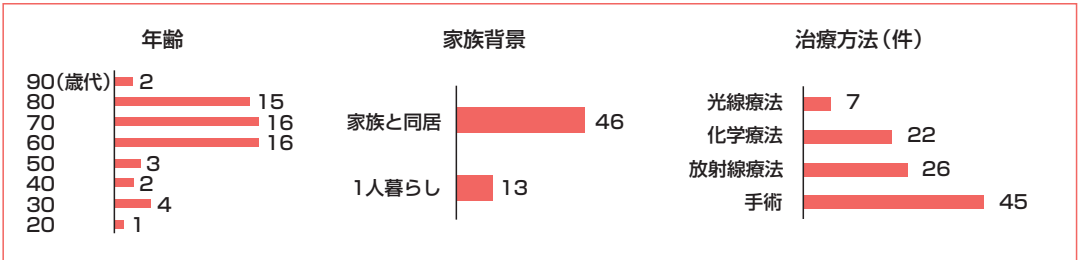


表 2 食べる・話す・外出する困難をどのように工夫し、のり越えているか ()内数字は人数

「食べること」	「話すこと」	「外出すること」
食事形態 ・ 柔らかい物を食べるようにしている (10) ・ 小さくきざむ(つぶすとおいしくない) (6) ・ ミキサーにかける(食材毎に分けて作る) (5) ・ 柔らかく煮る (5) ・ 流動食(ラコール、エンシュア)を食べる (4) ・ つぶす (3) ・ おろす ・ 天ぷら、フライは中身だけ食べる 食事方法 ・ ゆっくり食べるようにしている (2) ・ 箸ではなく、スプーンを利用している ・ よく噛んでから飲み込む ・ 冷やしてから食べる ・ 口からこぼれるのでエプロンを付けて食べる ・ 粥に味噌を混ぜる ・ 種類が多く便利なので、宅配してもらった物や介護食を食べる ・ 栄養価の高いものを食べるようにしている ・ 刺激物や酸味があるものは食べない ・ 周囲の目を気にしない	話し方 ・ いつもゆっくり話すようにしている (6) ・ 大きな声で話す ・ なるべくたくさん話す ・ 声を出してお経を読む(リハビリとして) ・ 歌を歌う(リハビリとして) ・ 言葉と言葉の間をあける ・ お腹に力を入れて話す ・ 毎日 1 時間くらい話す ・ 発声練習をする 難しさ・大変さ ・ なかなか聞き取ってもらえない (2) ・ 話すことの工夫は難しい ・ 長時間話すと疲れる ・ 家では相手がいない ・ 筆談が多い ・ よだれが出て思うように話ができない	行なっていること ・ なるべく毎日散歩をする ・ 通院日は散歩を兼ねる ・ 自転車を使い、毎日 30 分位走る ・ 家族に付き添ってもらい外出する (2) ・ 友人の手助けで外出する ・ 傷を隠すためにスカーフなどをする (2) ・ 脱毛のためにかつらをつけて外出している 難しさ・大変さ ・ ミキサー食のため外食できず、外出できない

指導していく必要があります。入院中に身につけたリハビリを退院後も続けていけるように、外来受診時には看護師がリハビリ方法を確認していくようにしました。

【外出すること】については、家族や友人など同行してくれる支援者が必要であることや、患部を被覆する工夫が難しいことなどから、患者は外出を控える傾向にあるようです。ソーシャルサポートの充実、ボランティアの支援を得て、積極的に外出や地域の人たちとの付き合いができるよう情報提供していきたいと思えます。

質問紙への回答から、退院後の患者は、食事、会話、外出などの治療後の困難に対して、自ら工夫し、日常生活を維持できるよう取り組んでいたことがわかりました。これらの工夫を参考にして、日常生活へのスムーズな対処をめざしたパンフレットを作成し、退院後の困難が予測される患者に、入院中から利用してほしいとお渡ししています(写真)。看護師は患者の身近な相談者として、日常生活の困難な状況を認識し、必要な支援を行なう必要があると考えます。

気管切開や胃ろう増設など、医療

や介護度の高い障害をもって退院し、在宅で療養する患者は訪問看護の必要性も高いことから地域連携室と相談しながら調整を行なっています。

調査によって、患者は機能障害による困難に対して、さまざまに工夫し、自らの日常生活を成り立たせてはいましたが、ほとんどの方が日常生活に不便を感じ、退院後の生活が消極的なものになっていることがわかりました。とくに食事や会話、外出に対しては、食事の作成、会話の代行、外出時の付き添いなど、訪問介護等の地域のサポートを紹介する

表 3 主な支援者と支えの内容

()内数字は人数

家族	医療者
日常生活の支え ・身の回りの世話や話し相手をしてくれる(3) ・食事を作ってくれる(2) ・通院に付き添ってくれる ・買い物と一緒にしてくれる 精神的な支え ・励ましや寂しさをやわらげてくれる(2) ・(家族が)自分の好きなことをやらせてくれる ・家族と心安らぐ時を過ごせる ・何でも聞いてもらえる ・気を使ってくれる ・「不自由でも不幸ではない」という言葉に勇気付けられた	精神的な支え ・話し相手になってくれ、家族に話せない悩みをいつも聞いてもらった(3) ・安心感を与えてくれ、元気づけてもらった(3) ・やさしく接してもらった ・親身になってアドバイスしてもらった ・症状を聞いてくれ、十分な説明をしてもらった

表 4 役に立った情報

()内数字は人数

医療者	同病者
・口腔がんの知識について(食生活やストレスなどが精神面に与える影響などについて)(3) ・食事の工夫について ・酒とたばこの制限について ・口腔ケアの方法について ・手術後の過ごし方について ・退院後の生活について	・術後の経過について(2) ・病院選びについて ・栄養不足を補う栄養剤などの補助食品について

写真 使用しているパンフレット



ことで日常生活の困難を少なくし、QOLの向上につなげていきたいと考えています。

●参考文献

1) 赤羽寿美：がんと共存し、よりよく生きるための支援, Nursing Today, 19

(4), 2004.
2) 赤羽寿美：がんサバイバーとは, Nursing Today, 19(4), 2004.
3) 季羽倭文子他：がん患者と家族のサポートプログラム, ホスピスケア研究会, 2005.
4) 川名典子：がん患者のサポートグループの意義——ネットワークづく

りの体験から, Nursing Today, 19(4), 2004.

國澤千恵●くにさわちえ
広島大学病院北病棟
〒734-8551 広島県広島市南区霞 1-2-3