

外来指導システム化の第二報

中2階 発表者 近藤和美

池野位子・和田宣子・山口文子・森 艶美
池田豊子・阿部百合子・木戸久美子・中嶋まさ子
赤羽貞子・坂口けさみ・村上和子・西山和子
横川さえ子・長峯菊子

I はじめに

産科外来は、妊娠を正常に経過させるべく管理を行なうと同時に、医療側との連絡を密にして出産への不安を除き、よりよい妊娠、分娩へと導くものである。そこでは、当然、種々の援助が必要となる。そこで私達は昨年、外来における保健指導のシステム化をめざして研究を行なった。指導カードを利用して妊婦に問題点や不安点を記入してもらい、さらに検診時に医師の協力を得、それらを持つ妊婦に対し面接による個別指導を行なってみた。しかし、妊婦より直接、積極的な訴えをつかみにくかったため、今回はより多く妊婦への指導がゆきわたるようチェックリストを作成し、使用した。その結果を発表する。昨年よりの経過は表1を御参照いただきたい。

II 第二段階

(1) 実施方法

チェックリストは表2に掲げたが、これを、51年11月半ばより12月まで次のようにして外来にて使用し、52年1月、それをもって分娩へのぞんだ妊婦よりのアンケートにより、評価を行なった。

- ① チェックリストは無差別に全妊婦のカルテにはさみこみ、検診の際、月数に応じて必要なことを説明し、理解された項目はチェックした。
- ② 病的状態にあるものは、問題点としてとりあげ、それに対して重点的に指導を行なった。特に妊娠中毒症に関しては、継続して管理する必要もあることから、指導回数も多く、家庭環境等についても話した。
- ③ 裏面に指導内容を記入し、次回検診時、状態の改善の有無を確認、必要事項は反復して指導した。

外来には専任の看護婦と助産婦がいるが、診療の介助するのに手一杯で指導の時間がもうけにくい現状である。そこで病棟より、10時から助産婦1名応援に、保健指導にあたった。一例をあげると、高血圧という問題をもつ初妊婦に対し、パンフレットを渡して食生活について話し二週間後の定期検診時、水・塩分の含有表をみながら食事に関して補足した。さらに二週間後の検診時には、家族とは味つけを別にして薄味とするなど、充分実施されていることを確認する。

血圧も下降安定をみた。また問題点のない妊婦においては月数毎に必要な事項を指導した。たとえば9ヶ月では腹式深呼吸の方法を腹部計測の際、実際行なってもらい、また、出産時の必要物品を確認する。特に入院予約は9ヶ月にはいったら行なうよう説明し、もれないようにした。

(2) 実施成績

チェックリストは75名に使用し、内44名にアンケートした結果、表3の如くである。

(3) 考察

先の結果より、指導をうけたと答えた妊婦が64%であるが、回収した44名は外来にてチェックされ、何らかの指導をうけていたわけである。それにも拘らず回答が少ないのは、単にそんな話があった、という程度で聞き流されているのではないかと考える。また、妊娠中参考になった、助産婦と親しくなれた、という回答もまだまだ低率で、外来におけるコミュニケーションの必要性を痛感する。

一方、チェックリストは、各月数毎にポイントがとらえられ、説明していくので、継続した管理ということでも有意義なものだったが、反面、一人のチェックに手間どり、いそぐと一面的になってしまう、という難点があった。チェックするという形式では、妊婦の側からの訴えや自覚に乏しいこともあり、次の段階へと踏み切った。

Ⅱ 第三段階

(1) 実施方法

表4の如くしおりを作成し、3月23日より次のようにして使用を開始、現在も使用中であるが、直接妊婦より口頭にて意見を聞き、評価にあてた。

- ① しおりは無差別に全妊婦に配布した。
- ② これを常に母子手帳にはさみこんで妊婦が持参し、自らの手でチェックしてもらうようにし理解できない点を必ず質問するよう話した。
- ③ 検診時、チェックが続けられているか、理解できないことはないかを確認する。
- ④ その他、病的状態にある妊婦に対しては、その都度パンフレットを渡し、指導した。

(2) 実施成績

現在、外来において50名に使用中だが、面接した結果は次のとおりである。

総数として20名に面接できたのみだが、しおりを持っていて読んだ人：13名、チェックのしてある人：9名、わからないことがあった人：2名であった。その2名は、わからないことはその都度きいたという答であった。質問を出した人が5名あり、内容は腹筋がある、浮腫があるという訴え、妊婦体操、準備品について、予定日超過しているが問題ないかと不安を述べる人もあった。

(3) 考察

しおりについてはまた試行錯誤の最中だが持っていないも読みもしない、ましてチェックもしないという妊婦もいる。使用方法についての徹底をはからなくてはと思っている。面接の中で少しでも長くコミュニケーションをもてば、種々の訴えや不安が浮かび上がり体験できてよい教訓となった。

現在、正直いって外来診療中、何か話したそうにしている妊婦に話しかけるゆとりのない状況で心が痛む。

Ⅳ まとめ

妊娠、分娩の経過の中に潜んでいる異常を早期発見し、正常範囲にとどめようとするのは、それらが生理的現象としてとらえられているだけに、なかなか困難である。それだけに妊婦自らが病的状態を認識し、自己の妊娠を管理する姿勢をもつことが大切で、私達はいかにしたらよりよい援助が行なえるか考えてきた。今回、このように二段階のステップを踏んだことで貴重な経験を多くすることができ、それを生かし、しおりを活用する方法を考えていきたい。

先日のICN大会では「プライマリー・ヘルス・ケア」ということばがさかんに聞かれた。これは看護婦が予防医療の一端を担おうとすることにはかならない。諸外国においても、疾病を治療する医療から予防することに努力を集中していることは周知の事実である。私達もこの立場に立って妊娠、出産を安全に経過させるべく指導していきたい。

Ⅴ おわりに

御協力下さった人々に深謝する。

表1 外来指導システム化の経過

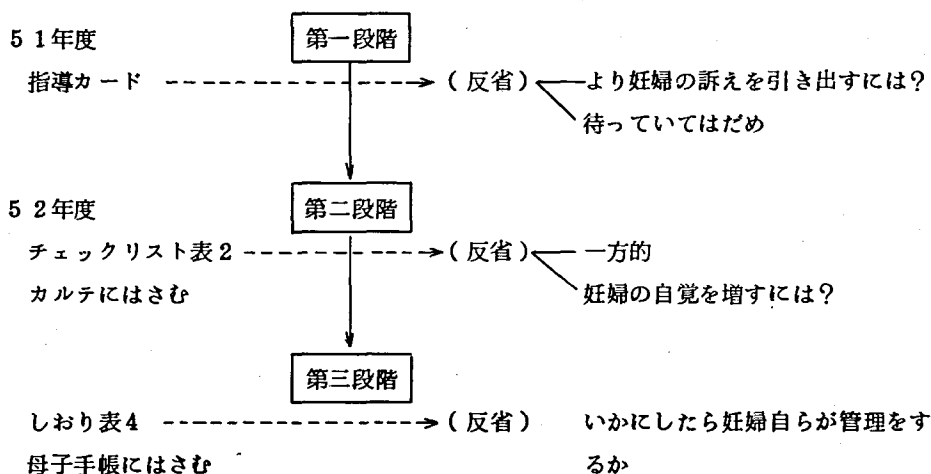


表2 チェックリスト

氏名、カルテ番号、電話番号、職業、産休の有無、帰省の有無、分娩場所を記入する欄を設ける。

チェック項目

5 ケ 月 ま で	検診の受け方(1/4w)			8 ケ 月	検診の受け方(1/2w)		
		無料検診					母体の変化
	胎動自覚				乳頭の手当		
	腹帯等利用				下肢の浮腫		
	乳房の手当				栄 養		
	歯の衛生				安楽な体位		
	便秘予防				妊婦体操		
	正しい姿勢				摂 生		
6 ケ 月	生活指導(計画的な)			9 ケ 月	動 静		
	妊婦体操				腹緊・呼吸法		
	動静のとり方				分娩用品の確認		
	外陰部の清潔				入院予約(9ヶ月上旬)		
7 ケ 月	栄 養			10 ケ 月	検診の受け方(1/1w)		
	場所・分娩費				分娩準備		
	用品(母・児)				動 静		
	世話人の確保				補助動作		
	休養のとり方				母体の変化		
				入院時期(自覚症状)			

表3 アンケート結果

アンケート総数 75名 回収 44名

- ① 何らかの指導を受けた 64%
 - よく受けた 47%
 - 時々受けた 17%
- ② 妊娠中参考になった 64%
 - 大いに参考になった 36%
 - まあまあ参考になった 28%
- ③ 自分の心配事を言えた 52%
 - 言えなかった 7%
- ④ 助産婦と親しくなれた 64%
 - なれなかった 11%
- ⑤ 母親学級は受講した 43%
 - 受講しない 53%

表 4

御存知ですか？

——— 知っておきたい出産までの注意点 ———

氏名 _____ 予定日 _____

◎理解できたら、○をつけていきましょう。わからない点は、どんどん聞いて、解決していきましょう。

5 ケ 月	・検診は1ヶ月に1回です。	9 ケ 月	・摂生したいこと、動静のとり方		
	・無料検診の機会があります。(黄色の紙)		・お腹がはる(腹緊)時はどうしましょう。		
	・赤ちゃんは動きましたか?(胎動)		・腹式呼吸法 短息呼吸法の練習を始めましょう。		
	・乳頭の手当を始めましょう。		・分娩用品の確認をし、整理しておきましょう。		
	・歯の衛生に気をつけましょう。		・入院予約はしましたか?		
	・便秘を予防するには?				
	・妊婦体操を始めましょう。				
6 ケ 月	・規則正しい生活をしましょう。	10 ケ 月	・検診は毎週になります。		
	・妊娠中に必要な栄養としては?		・予定が近づくにつれ、母体にいろいろ変化があります。		
	・外陰部を清潔に		・呼吸法、練習していますか?		
7 ケ 月	・分娩の計画を立てましたか? (分娩場所・必需品・費用・分娩後世話をしてくれる方、等々)	10 ケ 月	・分娩の準備は整いましたか?		
	・身体の休養をとりましょう。		・入院時期について(自覚症状など)		
8 ケ 月	・検診は2週に1回となります。	10 ケ 月	・陣痛が始まった時、破水した時はどうしましょう。		
	・乳頭の手当、続けていますか?				
	・母体にはいろいろ変化がでできます。				
	・浮腫(むくみ)はありませんか?				
	・食事のとり方を気をつけましょう。				
	・安楽な姿勢ですごしましょう。				
	・妊婦体操、続けていますか?				