

気管支喘息患者の指導を考える

北病棟7階 ○勝山 文枝
由上 恵子

1. はじめに

気管支喘息患者は、増加傾向にあると言われている。当科外来の受診患者も増加している。気管支喘息は患者自身が疾患を理解し、生活をコントロールすることにより、重症発作を予防することができると言われており、患者教育の成果も報告されている。

これまで、入院患者には、入院期間に患者教育を行ってきたが、外来患者には行っていなかった。しかし、外来で点滴を受ける患者の多数が気管支喘息患者であること、喘息発作を起こして救急患者として来院する患者が多いことなどから、外来患者にも患者教育の必要があることを痛感したので、場を設けて集団教育を試みてみた。その経過及び患者の意識の変化についての調査結果に基づいて、喘息患者教育の方法について検討した。

2. 気管支喘息の集い開催の経過

(1) 当内科で管理している喘息患者の概要

- | | |
|----------------|-----|
| 1) 男性 | 33人 |
| 女性 | 24人 |
| 2) 入院歴 | |
| 0回 | 38人 |
| 1回 | 9人 |
| 2～5回 | 9人 |
| 6回以上 | 1人 |
| 3) 発病から現在までの期間 | |
| 1年未満 | 8人 |
| 1～2年 | 5人 |
| 3～4年 | 13人 |
| 5年以上 | 31人 |

(2) 外来患者の面接調査

- 1) 対象：平成1年5月に受診した外来患者 31名
- 2) 調査内容：表1に示す
- 3) 調査結果：表2、表3に示す
 - ① 重症、中症の人が31人中12人である。
 - ② 発作時の対処方法として大切な腹式呼吸を行っている人は31人中13人と少ない。
 - ③ 発作の予防となるマスク、うがいなどの感染予防について知らない人が多い。
 - ④ 「この病気は治るのか」「苦しくて何もできない」「薬の副作用が心配」などの疾患、発作時の対処方法、薬に対する不安を訴える患者がいた。

(3) パンフレットの作成および配布

パンフレットの内容

気管支喘息とは、喘息発作の誘因
喘息発作の誘因をさけるための日常生活の留意点
腹式呼吸、体位ドレナージ、タッピングの方法
薬について
発作時の連絡方法

(4) 気管支喘息の集い

1) 回数	1回	平成1年9月
	2回	平成2年3月
	3回	平成2年6月

2) 内容

方法：医師、看護婦、理学療法士、薬剤師による
講義および実技指導

項目：・気管支喘息とは、誘因と治療法

- ・薬の作用、副作用
- ・日常生活の留意点
- ・腹式呼吸、リラクゼーションの方法

3) 参加者

各回の参加者数

第1回	20人
第2回	20人
第3回	17人

参加回数別人数

1回	19人
2回	4人
3回	7人
未参加	27人

参加者の感想

- ・話しについては、わかりやすく大変勉強になった。
- ・少し専門的すぎて難しかった。(高齢者)
- ・薬の作用、副作用などよくわかった。

3. 喘息教室参加者のアンケート調査(平成2年6月)

(1) 対象：教室に1回以上参加した人 30人

(2) アンケートの内容：表1と同じ

(3) 方法：郵送による

回答率 30人中21人 70%

(4) 調査結果：図2，表4に示す

- ① 重症度については、約3割の方が以前よりも症状が軽快し、その他の人は現状維持している人が多い。
- ② 腹式呼吸を行う患者が増加し、又普段は腹式呼吸を行わない人でも、発作時の対処方法としては活用できている。
- ③ 参加前にマスクの使用、うがいなどの感染予防に関して行っていた人は少なかったが、参加後は行える人が増加している。
- ④ 発作時、痰の多い人は水分を多めにとり排痰に心がけているが、痰の少ない人は必要ないという理由で行わない人が多い。
- ⑤ 薬の内服については、作用、副作用を理解して、処方通りの内服をする人がほとんどである。
- ⑥ 吸入方法については、長くわずらっている方でも正しい吸入方法を知らない人もいたが、講義の中で吸入方法のビデオを流したことで、効果的な吸入を行えるようになった。

(5) 調査結果についての分析

1) アンケート結果

患者の症状は治療の効果、季節的、精神的なことなどによっても変化するので、喘息教室の開催がどの程度症状の軽減に効果があったかは、正確に評価することは難しいが、気管支喘息重症度の判定基準により分類してみると、参加後では症状の軽減がみられた人が多かった。日常生活での注意を守り、感染予防に努めることで発作の誘因が少なくなり、回数が変わらない人でも発作時の対処方法を知ることにより、小発作で治まるようになったことが、この結果となったのではないかと思う。

2) 参加者の意見

- ・医師、薬剤師、理学療法士、看護婦からの話しの内容については、わかりやすかったという意見が多かった。
- ・話しや実技指導に時間がかかり、患者と話し合う時間が充分とれなかったことが、反省される。
- ・呼吸筋のリラクゼーションは簡単な運動が多いのだが、しばらくすると忘れてしまうという理由で行っている人は少ない。
- ・パンフレットに関しては、文字が小さい、内容が難しいなどの意見も聞かれたので、医学用語をわかりやすい言葉にかえ、イラストを入れるなど工夫してゆきたい。

3) 未参加者の存在について：図1に示す

教室には多数の参加が得られたが、参加できない人には有職者、遠距離の人、病状のおちついている人が多い。又開催日の土曜日には、喘息外来を設けてあるが、その他の医師にかかっている患者さんは診察日が異なるため、出席しにくいと思われる。

教室への未参加者に対しては、教室終了後、内容をまとめ報告を行っているので、多少とも知識を広めるには役だったのではないかと思う。

また、連絡を絶やさないことで、状況が変化すれば、いずれ参加してくれるのではないかと期待している。

4. 今後の方向について

気管支喘息患者は、発作を起こさない様にすることが重要であるが、発作が起きてでも小発作でおさまり、回数も減少するように日頃からの自己管理が大切である。そのためには、患者個々の生活に合った指導を行うことが望ましい。しかし、入院患者にはその機会に指導することができるが、外来患者には現在の外来業務の中でそれを行うことは難しい。

そこで気管支喘息の集いという集団教育を行ってみたが、開催回数も少ない事から、内容が医療者側からの話しや指導で終わってしまい、患者同志の体験を聞いたり、交流を深めたりというところまでではいかなかった。しかし、患者同志の交流は指導の上でも効果があると考えるので、今後はそのような機会を作っていきたい。

こうした集団教育を動機づけにし、その上に個別指導を組み合わせれば、より一層効果が上がるのではないかと思う。現在の外来業務の中では、一人の患者に長時間割いて係わることは難しいので、点滴を行う患者だけでも施行中に話しを聞いたり、指導を行なう様にしたらよいのではないかと考えている。

今後も気管支喘息が悪化しやすい季節の前に、集いを開催し、患者自身の自覚を高め、生活をコントロールしてゆける様、継続していきたい。

集いの内容に関しては、回数を増すごとに知識に差のある出席者が多くなると思われるので、内容に変化を持たせ工夫を凝らしていかななくてはならない。

5. おわりに

集団教育を行うことにより、参加者には、意識の変化がみられたが、患者自身が気管支喘息をコントロールするという姿勢を持つまでには致らなかった。今後も集団教育を継続させうえに、個別指導を併用させ、患者の意識の変化を促していきたい。

参考文献

- 1) 清水 巍：みんなで治す喘息大学，第15版，合同出版，1988
- 2) 清水 巍：図解喘息大学，第4版，合同出版，1988
- 3) 清水 巍：喘息よありがとう，第3版，合同出版，1986
- 4) 清水 巍：喘息克服読本，第1版，合同出版，1988
- 5) 笛木 隆三：小林節雄訳：呼吸の生理，第2版，医学書院，1983
- 6) 岩崎 淳子・他：慢性閉塞性肺疾患患者。エキスパートナース，5(13)：92-101，1989
- 7) 浅里いさお・他：気管支喘息患者の継続看護を意図とした指導の効果，
〈第15回日本看護学会集録 成人看護〉
日本看護協会出版会，1984，P 157-160

表1 面接調査の内容，アンケート調査の内容も同様

- 1) 現在の状態
- 2) 発作時の対処方法
- 3) 日常生活で注意していること

表2 面接調査の結果 1) の結果

重症度	人数 (31人中)
重症	5人
中症	7人
軽症	19人

表3 面接調査の結果 2) 3) の結果

項目	人数 (31人中)
腹式呼吸	13人
乾布摩擦	5人
排痰法	1人
マスク	7人
うがい	5人
内服をきちんとする	13人
吸入をする	20人
安静にする	9人
水分をとる	3人
受診をする	13人

表4 気管支喘息重症度の判定基準

強度 頻度	強度			
	喘鳴のみ	小発作	中発作	大発作
週に1日以下	軽	軽	中	中
週に4日未満	軽	軽	中	重
週に4日以上	軽	中	重	重

注) ステロイド剤内服者は全て中等症となる

結果

集い前		集い後	
重症	11名 →	重症	0名
		中症	5名
		軽症	6名
中症	5名 →	重症	1名
		中症	4名
		軽症	0名
軽症	14名 →	重症	0名
		中症	0名
		軽症	14名

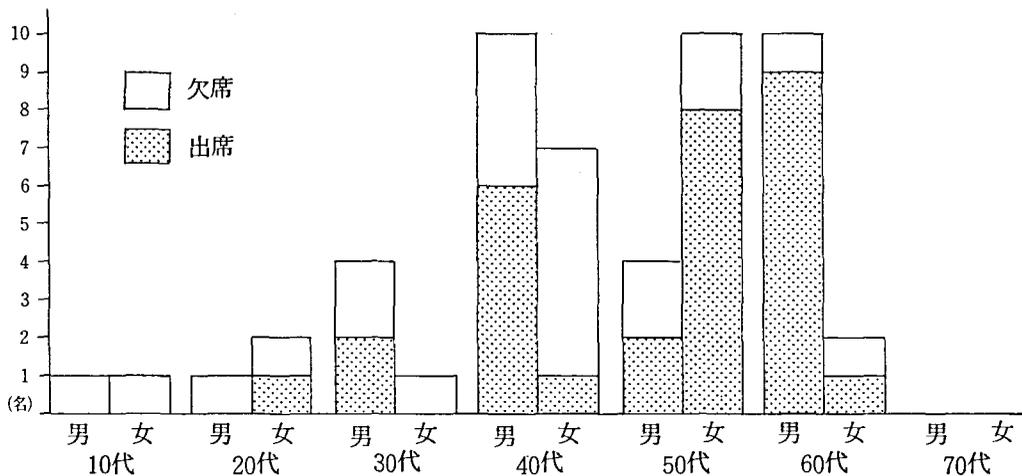


図1 気管支喘息の集い 出席者概要

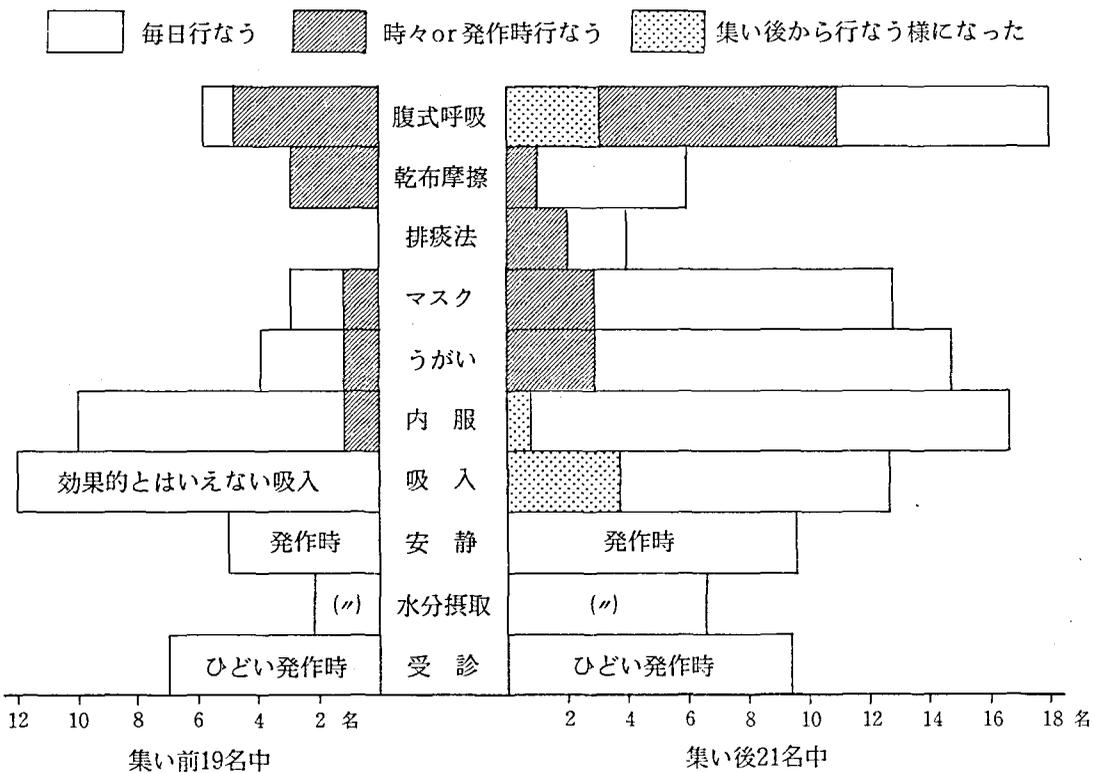


図2 喘息教室参加者のアンケート結果