

Title	術後補助化学療法による嘔気・倦怠感・気分に対する深呼吸法の効果
Author(s)	葉山, 有香
Citation	大阪大学, 2012, 博士論文
Version Type	
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/58928">https://hdl.handle.net/11094/58928</a>
rights	
Note	著者からインターネット公開の許諾が得られていないため、論文の要旨のみを公開しています。全文のご利用をご希望の場合は、 <a href="https://www.library.osaka-u.ac.jp/thesis/#closed">〈a href="https://www.library.osaka-u.ac.jp/thesis/#closed"〉</a> 大阪大学の博士論文について <a>〉</a> をご参照ください。

***Osaka University Knowledge Archive : OUKA***

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

氏名	葉山有香
博士の専攻分野の名称	博士（看護学）
学位記番号	第 25277 号
学位授与年月日	平成24年3月22日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当 医学系研究科保健学専攻
学位論文名	術後補助化学療法による嘔気・倦怠感・気分に対する深呼吸法の効果
論文審査委員	(主査) 教授 井上 智子 (副査) 教授 阿曾 洋子 教授 清水 安子

## 論文内容の要旨

## 1. 研究の背景と目的

がんは、1981年以降、常に日本人の死因第1位を占めており、今日では、2人に1人ががんに罹患し、3人に1人ががんにより死亡している。現在、生存率やQOLの向上を目指して手術後に補助的に化学療法を行うこと（術後補助化学療法）も増えており、患者は手術や化学療法を受けることで、それぞれの治療の副作用に対処していく必要がある。がん治療は長期化しているが、入院期間の短縮や外来化学療法の進歩により、患者は日常生活を続けながら治療を行わなければならない。

化学療法をうける患者には、副作用として嘔気や倦怠感などの身体症状が出現しやすい。また、初めて化学療法をうける患者は、治療に対して緊張・不安といった気分を抱いており、この気分代表される心理的要素は、身体症状に影響することが明らかとなっている。従来から化学療法をうける患者への看護として、緊張・不安といった気分の改善や化学療法の副作用である嘔気の軽減効果が示唆されるリラクセーション法が取り入れられている。リラクセーション法には様々な種類があるが、その基本的な方法は深呼吸法である。

本研究の目的は、婦人科系のがんで手術を受け、術後補助化学療法を初めて行う患者に対し、深呼吸法を指導し、研究者とともに深呼吸法を実践することが、化学療法後の嘔気・倦怠感・気分になどのような影響を及ぼすかを明らかにすることである。

## 2. 方法

婦人科系のがんで手術を受け、術後補助化学療法を初めて行う患者25名について、深呼吸法を行う介入群と深呼吸を行わず通常の看護を受ける通常ケア群の2群に無作為に振り分けた。深呼吸法は、化学療法前にD VDとパンフレットを用いて指導し、化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目に研究者と一緒に深呼吸法を実施する方法で行った。深呼吸法は、呼吸時に腹部に置いた手を意識して深呼吸を行う腹式深呼

吸、胸部に対象者自身の両手を添え呼吸時に胸部を軽く圧迫して深呼吸する胸式深呼吸、吸気時にパンザイをするように上肢を頭上まで挙上し呼吸時に体幹横に戻す上肢の挙上運動を取り入れた深呼吸であり、各方法で10回ずつ呼吸を行った。体位は仰臥位とした。介入群11名と通常ケア群12名を分析対象とし、化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目、化学療法10日～13日目である化学療法後に、嘔気、倦怠感、気分について、Visual Analogue Scale (VAS)、The Cancer Fatigue Scale (CFS)、The Profile of Mood States日本語版短縮版 (POMS短縮版)を用いて測定し、介入群と通常ケア群を比較した。介入群は、毎回、深呼吸法実施前後に血圧と脈拍を測定し、深呼吸法の実施に対する感想を聴取した。

本研究は、研究実施施設の倫理審査委員会の承認を得て行った。対象者には研究参加と中断の自由、匿名性、個人情報の守秘性、研究終了後のデータの消去、参加を拒否しても不利益を被らないこと等について、口頭と文書を用いて説明し、文書で同意を得た。

### 3. 結果

介入群 (11名) の平均年齢は53.6±9.4歳、通常ケア群 (12名) は61.7±9.8歳であり、年齢や疾患、化学療法薬剤などの背景データおよび化学療法前のVAS、CFS、POMS短縮版に有意な差はみられなかった。介入群11名は、研究期間中中のべ41回の深呼吸法を実施し、実施率は93.2%であった。介入群の深呼吸法実施前後の血圧と脈拍は、正常範囲内で推移し、過呼吸をおこさず深呼吸法を実施することができた。嘔気についてみると、化学療法実施4日目において、介入群は通常ケア群よりも嘔気の自覚が低値となる傾向がみられ、6日目において介入群は通常ケア群よりも有意に低値であった ( $p=0.01$ )。倦怠感についてみると、化学療法実施6日目において、介入群は通常ケア群よりも有意に低値であった ( $p=0.01$ )。化学療法後の介入群は通常ケア群よりも身体的倦怠感が有意に少なく ( $p<0.05$ )、精神的倦怠感も少ない傾向がみられた。気分についてみると、化学療法実施2日目、4日目、6日目、化学療法後の介入群は通常ケア群よりも緊張・不安、抑うつ、怒り・敵意、倦怠感の気分が有意に少なかった。

介入群からは、深呼吸法を実施することによる負担感の訴えはなく、「気持ちよい」、「気分が変わった」、「腕の運動も兼ねているので身体がポカポカして気持ちよかった」等の感想が得られた。化学療法2日目は、腹式深呼吸が最も心地よいと答える者が多く、化学療法4日目は上肢の挙上運動を取り入れた深呼吸が最も心地よいと答える者が多かった。

### 4. 考察

化学療法前に深呼吸法の方法を指導し、化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目に研究者と一緒に深呼吸法を実施することは、術後補助化学療法の副作用による嘔気、倦怠感、緊張・不安などのネガティブな気分の軽減に効果があることが明らかとなった。本研究で取り入れた深呼吸法は、腹式深呼吸、胸式深呼吸、上肢の運動を取り入れた深呼吸の3つの方法を組み合わせたものであり、運動の要素を取り入れた複数の方法を組み合わせることで、対象者に気持ちよさをもたらすとともに、倦怠感の軽減効果が得られたと考えられる。リラクゼーション法には、漸進的筋弛緩法やイメージ法など複数の方法があるが、道具を用いたり技法の習得に長期のトレーニングが必要であることが多い。しかし、深呼吸法は、手術後に初めて化学療法を受ける婦人科系がん患者にとって、道具やトレーニングを必要とせず取り入れることが可能であり、化学療法の副作用で身体症状が出現している時期でも安全に実施でき、気持ちよさを実感できる方法であると考えられる。

今回の対象者は、婦人科系がん患者のみであったため、他の部位のがん患者にこの結果をそのまま適用することはできない。そのため、今後は婦人科系がん以外のがん患者を対象に、深呼吸法の効果を検討してい

く必要がある。また、深呼吸法を日常生活に取り入れていくための方法を検討していくことが必要である。

### 5. 結論

婦人科系のがんで手術を受け、術後補助化学療法を初めて行う患者に対し、深呼吸法を指導し実践を促すことは、化学療法後の嘔気・倦怠感・緊張や不安等のネガティブな気分を軽減させ、患者に気持ちよさをもたらすことが明らかとなった。

### 論文審査の結果の要旨

現在、がん医療においては生存率やQOLの向上を目指して手術後に補助的に化学療法を行うこと (術後補助化学療法) が増えている。看護援助として、化学療法の副作用である嘔気・倦怠感の軽減効果や緊張・不安といった気分の改善を目指して様々なリラクゼーション法が取り入れられているが、術後補助化学療法を受けるがん患者を対象とした研究はみられない。そこで、本研究は、リラクゼーション法の中で最も基本的な方法である深呼吸法に注目し、婦人科系のがんで術後補助化学療法を初めて行う患者に対し、深呼吸法を指導し研究者とともに深呼吸法を実践することが、術後補助化学療法後の嘔気・倦怠感・気分にとどのような影響を及ぼすかを無作為化比較試験で検討した。

対象は25名であり、介入群は化学療法前にDVDとパンフレットを用いて深呼吸法の指導を受け、化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目に研究者と一緒に深呼吸法を実施した。深呼吸法は、呼吸時に腹部に置いた手を意識して深呼吸を行う腹式深呼吸、呼吸時に胸部を軽く圧迫して深呼吸を行う胸式深呼吸、吸気時にパンザイをするように上肢を頭上まで挙上し呼吸時に体幹横に戻す上肢の挙上運動を取り入れた深呼吸であり、各方法で10回ずつ呼吸を行った。通常ケア群は、深呼吸法を実施せず、病院スタッフからの通常の看護を受けた。介入群11名と通常ケア群12名を分析対象とし、評価は化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目、化学療法10日～13日目である化学療法後に、嘔気、倦怠感、気分を測定し、介入群と通常ケア群を比較した。介入群には、深呼吸法実施前後に血圧と脈拍を測定し、深呼吸法の実施に対する感想を聴取した。

その結果、介入群では、深呼吸法実施前後の血圧と脈拍は正常範囲内で推移し、過呼吸をおこさず深呼吸法を実施できた。また、患者に深呼吸法実施の負担感はなく、全員が気持ちよさを実感した。嘔気と倦怠感、化学療法実施6日目に化学療法後において介入群が通常ケア群よりも有意に低値であった。緊張・不安、抑うつ、怒り・敵意、倦怠感の気分は、化学療法実施2日目、4日目、6日目、化学療法後において介入群が通常ケア群よりも有意に少なかった。以上の結果より、化学療法前に深呼吸法の方法を指導し、化学療法実施前、化学療法実施2日目、4日目、6日目に研究者と一緒に深呼吸法を実施することは、術後補助化学療法の副作用による嘔気、倦怠感および、緊張・不安などのネガティブな気分の軽減に効果的であることが明らかとなった。深呼吸法は、道具やトレーニングを必要とせず、術後補助化学療法の副作用で身体症状が出現している時期でも安全に実施できる。そして、今回用いた深呼吸法は、患者にとって気持ちがいいという快の刺激を提供する方法であり、術後補助化学療法を受けるがん患者に対する看護援助としてふさわしいと考える。本研究により、婦人科系のがんで手術を受け術後補助化学療法を初めて行う患者に対し、腹式深呼吸、胸式深呼吸、上肢運動を取り入れた深呼吸の3つの深呼吸法を組み合わせた深呼吸法プログラムを指導し実践を促すことが、化学療法後の嘔気・倦怠感・緊張や不安等のネガティブな気分を軽減させ、患者に気持ちよさをもたらすという新しい知見が得られた。

以上のことにより、本論文は博士 (看護学) の学位授与に値するものと考えられる。