循環器・腎臓・代謝内科病棟で実施されている健康教室の実態調査

－患者６０名にアンケート調査を行って－

南２階
○池田裕美　石田千晶
吉村延代　岡田　望
阪本　瞳　安田ゆかり

Ⅰ．はじめに

循環器・腎臓・代謝内科病棟（以下、当病棟とする）では、７月より、心臓病・糖尿病・腎臓病患者を対象に、週１回、当病棟カンファレンスルームにて健康教室を行っている。生活習慣病の自己健康管理について、情報提供や行動変容にむけて動機づけたり、意識を高めたりする場となることを狙いとしている（**表１**）。今村らは「健康増進行動は病気を起こし得る生活習慣の偏りに気づきそれを自ら変容させ病気に対する脆弱性を積極的に改善する健康行動が必要である」[1)] と述べている。

そこで、患者の保健行動に看護としてどのように介入していくかを考える機会とするために、私達は入院患者を対象に、現在開催されている健康教室の実態調査を行った。

Ⅱ．研究期間・対象・方法

期間　平成 14 年 10 月 1 日～ 31 日

対象　当病棟に入院していたアンケートの主旨に同意が得られ、
自己で筆記可能な患者６０名

方法　記述式、無記名のアンケート調査
健康教室が行われる毎週木曜日 15 時以降に患者に
アンケートを配布（**表２**）
患者が自由に回収箱に入れる方法で回収、
回収率は 60 名中 31 名の 51，７％であった。

Ⅲ．結果および考察

健康教室の開催を知っている人は 20 名、知らない人は１１名であった（**図１**）。知っていると答えた人のうち、参加したのは８名であった。参加したきっかけは、「人に勧められたから」が４名、うち、病院スタッフからが２名、患者からが２名であった（**図２**）。これは、他者からの勧めが動機となり、参加しようという意欲につながったと考える。今村らは「代理的

経験は、観察学習やモデリング・模倣といった内容を意味している。自分ではないが他者が行っているのを見ることによって自分にもできそうだという自己効力が高まるという事である」[1)]と述べているように、健康教室の体験談を聞くことで、同じ立場の患者からの勧めが参加意欲を高めるきっかけになったと考える。参加した患者の体験談を他患者に広めるように看護師が参加者に働きかけることで、今後の健康教室の参加数の増大につながると考える。

健康教室を知っているが参加していない人は12名で、その理由は「内容に興味がわかなかったから」という人が4名であった。また「病気になってしまっているから」が3名であった（**図3**）。内容に興味がわかないという人については、自己効力の低下している状態にある事も予測され、今後は内容の検討と共に自己効力を高めるための看護を充実させていく必要がある。また、内容に関しては成人教育の観点から、患者の意見を多く取り入れたものにし、患者が求める内容を迅速に把握できるような方法を検討し、看護師が健康教室に取り入れていけるようにする必要があると考える。また、その他の理由として「治療上、安静を要するため、一人で行くことができないから」が3名であった。看護師が安静度に応じて参加の援助を行う事をあらかじめ患者に知らせる必要があると考える。川田は「単に保健部門の責任を超えて、社会的・経済的・政治的及び物理的環境に関わる部門と協力することが強調されている」[2)]と述べているように、今後、患者の保健行動に影響する様々な因子に対しての看護を行う必要があると考える。

参加された8名のうち、参加してよかったと答えた人は7名、どちらでもないと答えた人は1名であった。よかったと答えた7名の理由として、「自分の体がわかった」、「がんばろうという気持ちになった」という人がそれぞれ4名であった（**図4**）。河口らは「知識や技術を拡大させるために、人間は、社会的なモデリングによって、能率的に情報をつかみ、取得し、後の世に伝えていくことができたのである」[3)]と述べているように、健康教室という集団教育は、他者からの成功体験や問題解決法を学ぶことで、患者にとって、自己健康管理につながると考える。しかし、河口らは「行動を習得するのは他人の行動観察を参考に習得する。しかし、その獲得した行動をそのまま実行するか、修正しておこなうか、あるいは実行しないかは、その行動を周囲がどのように評価するか、自分の欲求はどうなのかを見極めて行うようである」[3)]と述べているように、集団での教育で基本的な知識は深まると考えるが、保健行動を行っていくうえで、その行動を探索していくことが必要であり、その行動に対して、看護師が患者と一緒に実際、手をとって行動を行い、保健行動を実施できるような条件や環境を設定する必要があると考える。

Ⅳ. 結論

- 患者からの勧めが、参加意欲を高めるきっかけになった。
- 他患者に体験談を広めるように、看護師が参加者に働きかける。
- 患者が求める内容を迅速に把握できる方法を検討し、取り入れる。

・安静度に応じて参加の援助を行う事をあらかじめ患者に知らせる。
・成功体験や問題解決法を学ぶことが自己健康管理につながる。
・患者が保健行動を実施できる条件や環境を設定する必要がある。

V．おわりに

今後は看護師による集団・個別の両側面を含めた指導を行いたい。
また、患者が求める健康教室を開催できるようにしていきたい。今回の研究では、対象数が少なかったため、十分な実態調査の把握には至らなかったが、今後の課題を念頭におき、継続して検討していきたい。

引用・参考文献

1）今村美葉 , 成人看護学―慢性期 ,43,2001.
2）川田智恵子 , 健康教育におけるヘルスプロモーション , 看護研究 ,6(30),3 ～ 7,1997.
3）河口てる子 , 健康教育におけるモデリング理論の将来 , 看護研究 ,6(30),23 ～ 28,1997.

表 1. 健康教室の状況

日時　毎週木曜日 15 時から約 1 時間

場所　当病棟カンファレンスルーム

対象　主に当病棟入院患者

参加人数　平成 14 年 7 月～10 月まで 延べ 119 名

（10 月の参加人数は 20 名）

開催のお知らせ

・病棟内数箇所の掲示

・当日の 10 時と 15 時直前に病棟アナウンス

・医師・看護師からの直接の呼びかけ

内容

・一ヶ月を一単位

・高血圧、肥満、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病に対して、ビデオ鑑賞や医師からの指導

・看護師による教育

内容は、担当者がテーマを決め、禁煙や内服管理の重要性、糖尿病患者の食事管理の実際などについて、患者とのコミュニケーションを中心に行っている

表 2. アンケート内容（一部抜粋）

1、健康教室参加について教えてください。

1. 健康教室が開催されている事をご存知ですか

知っている　　知らない

知っている方にお聞きします。どのような方法で知りましたか

・病棟内のマイク放送

・お知らせ掲示物

・他の患者さんからの情報

・その他（　　）

2. 健康教室を受講されたことはありますか

ある　　ない

「ある」と回答された方にお聞きします。

1.「健康教室」の受講日を教えてください。

（　）月（　）日

2.「健康教室」受講のきっかけはなんですか？

・人に勧められたから

それはどなたにですか？（病院スタッフ・家族・患者さん）

・時間が空いていたから

・知りたいと思っていた内容であった

・少しでも多くの知識を得たいから

・自分を変える何らかのきっかけになればと思った

・その他（　　）

3. 今までにこの「健康教室」以外の講座を受講したことがありますか？

ない　　ある

「ある」の方、よろしければその内容を教えてください

健康教室を受講されたことが「ない」と回答された方にお聞きします。

1. それはなぜですか

・病気になってしまっているから

・治療上、安静を要するため、一人で行くことができないから

・いまさら聞いても同じである

・聞くことでかえって不安になる

・内容に興味がわかない

・テレビや雑誌、本などで得た情報と変わりがない

・その他（　　）

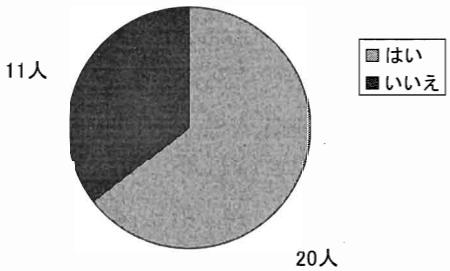

図1. 健康教室を知っている人のうちわけ

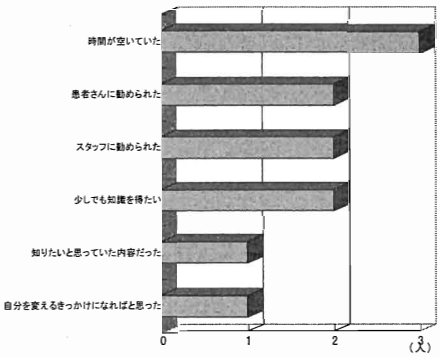

図2. 健康教室に参加されたきっかけ

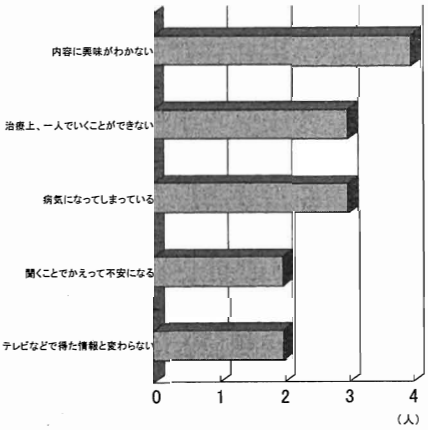

図3. 健康教室に参加しなった理由

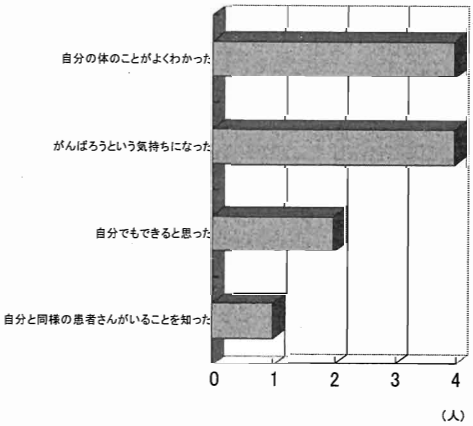

図4. 健康教室に参加してよかったと思った理由