# 慢性呼吸不全患者の外出を中心とした生活実態の把握~運動継続を目指して~

学籍番号 03M2419 氏名 八板 麻衣子

#### 1. 研究目的

呼吸リハビリテーション(以下, 呼吸リハ)の効果を維持するためには継続することが重要である.しかし在宅呼吸リハの継続実施率は低く,その対策として,先行研究では外出に着目した指導を行なうことを提案している.そこで,外出時に在宅呼吸リハを行なうことに関して検証するため,慢性呼吸不全(以下, CRF)患者の外出を中心とした生活実態を明らかにし,運動継続を重視したプログラム立案の手がかりを得ることを本研究の目的とする.

## 2. 対象と方法

### 1) 対象

Aクリニックに通院している男性のCRF患者8 名(平均年齢72.9±5.5歳:67~81歳).

# 2) データ収集方法

- ① 在宅呼吸リハ実施状況:在宅呼吸リハの実施の有無,継続年数,プログラム,時間と回数, 実施時間帯,実施頻度,実施方法に関して聞き取り調査を行った(複数回答あり).
- ② 外出状況:外出頻度,外出先,外出目的,外出手段,外出人数に関して聞き取り調査を行った(複数回答あり).
- ③ 参加型観察調査:1名について,外出時の動作,呼吸状態,歩数などを調査した.
- ④ カルテ調査:看護師の監視の下,性別,年齢,身長,体重,診断名,肺機能,在宅酸素療法の有無と酸素量に関する基礎情報をデータ収集した.

# 3) データ解析

基礎情報,在宅呼吸リハ実施状況,外出状況 について各項目を集計した.外出に関する参加 型観察調査に関しては全体の様子をまとめた.

# 3. 結果

1)在宅呼吸リハ実施状況:8名全員が2~14年間継続実施していた.継続するための工夫は、楽しみながら行なうこと(3名)、効果を実感していること(3名)、徹底した指導を受けること(2名)などであった。実施率が高かったプログラムは歩行練習(8名)と腹式呼吸(6名)であっ

た.全プログラムの実施方法は、決まった時間に行なう(6名)、気が向いたときに行なう(6名)、外出時に行なう(4名)であった.歩行練習は5名が外出時に行い、腹式呼吸は3名が気が向いたときに行なっていた.

2)外出状況:全員が毎日外出しており,通院を目的に病院に行く者(8名)と買い物を目的にスーパーに行く者(6名)が多かった.外出手段は徒歩(7名),自動車(運転)(5名)などであった.外出人数は,1人(7名),2人(5名)であった.入浴や楽しみ,歩行練習を目的として温泉や海に行っている者が4名いた.

3)外出に関する参加観察型調査:左肺腫瘍術後拘束性換気障害の67歳男性の外出を調査した.この日は妻と2人で自動車(運転)にてホームセンター,電気店,雑貨店(2軒)に買い物に行った.外出中の歩数は968歩で,Borg Scaleは店内移動時には4にまで上昇した.また,Sp02は95%まで減少した.電気店には26段の階段があったがエスカレータを使用した.また,2人で外出することで気分転換になっていた.

## 4. 考察とまとめ

本研究の対象者の生活実態として,在宅呼吸 リハも外出も熱心に行なっていることが明ら かになった. その理由の1つが実施方法の工夫 であると考えられる. 歩行練習は, 外出時に楽 しみながら行なっていた者が5例, 腹式呼吸は, 気が向いたときに容易に実施していた者が3例 いた. したがって、外出時に行なえることや簡 便さが,継続性を重視した在宅呼吸リハプログ ラムを立案する上での手がかりになることが 考えられた. 外出頻度が高かったのは歩行練習 の実施率が100%であったことが関係している と考える. ただし, 対象者を選択する上で在宅 呼吸リハに熱心な方が選択された可能性もあ る. また本研究の対象者数は少なく, 外出に関 する参加観察型調査も1例しか行なっていない ため、CRF患者全体の傾向を捉えられていると はいえない. そのため、今後対象者を増やして 生活実態を検討し、在宅呼吸リハのプログラム 立案について検討することが課題である.