

## 看護度によるストレスの違い

### ～11階東外科病棟において～

11階東 ○坂本博実 竹詰 鈴木 橋本 森下 諸星 丹尾 角田  
黒田 仁平 横井 井上 池田 常次 田中 八木橋  
佐藤 岩井 村上 天野 南雲 柴田

#### I はじめに

私達は、現在社会的に取り上げられている、看護婦の人手不足、不規則な勤務体制、過密な業務内容等がどのような負担となって現れているのか考えてみることにした。

ラザルスは「<sup>1)</sup> ストレスの定義は人間と環境との間の関係を強調するものである。」と述べている。さらに「<sup>2)</sup> 極端な環境条件が殆どの人にストレスとなるのは事実である。」と述べている。

そこで私達は環境条件の違いによる、ストレスの差を調べようと考え「身体的」「精神的」「業務内容」の視点から調査、検討したので、ここに報告する。

#### II 研究方法

##### 1. 期間

1回目 ―― 平成5年8月13日～同年8月20日

2回目 ―― 平成5年10月7日～同年10月12日

##### 2. 対象

11階東病棟看護婦21名

##### 3. 方法

無記名回答質問用紙法によるアンケート（有効回収率 100%）

アンケート作成は、安岡<sup>3)</sup> <sup>4)</sup> のストレス度チェック表及び、<sup>5)</sup> 本院看護業務分類表と<sup>1)</sup> 看護度に関する調査表（表1）を活用した。アンケート調査は、看護度の低い時期（1回目）、高い時期（2回目）の計2回施行した。（グラフ1）又、アンケートIにおいては、自由記載の為、傾向を知る上でキーワードを抜粋し集計した。

#### III 結果

アンケートIで「あなたにとってストレスとは何だと思いますか。」では、1, 2回目（以後①、②とする）共に最も多かったキーワードが、「負担」で①は19%、②は33%で約2倍近くあった。

又、「大学病院ナースとして、あなたはどんなことにストレスを感じますか。」では、「医師との連携」が①は28%、②は60%、「患者との対応」が、①は28%

②は40%と併方②の方が高値を占めていた。

そこで私達は、看護度の低い時期よりも高い時期の方がストレスが高いという仮説を立てた。そして、アンケートII～IVに関しては平均値の差の検定を行った。（表2）そこで、アンケート集計の分布の平均値に有意差が出なかったものは、身体的、精神的ストレスと、業務内容の中の「医療介助」「雑務」であった。又、有意差がでたものは、業務全般とその中の「直接看護」「間接看護」「業務」「待機」であった。

#### IV 考察

私達は、看護度とストレスとの関係を「身体的」「精神的」「業務内容」を視점에調査検討した結果、以下のことが考えられた。

##### 1. 身体的、精神的ストレスについて

フレンチとカプランによれば、「<sup>6)</sup> 職業上のストレスに関連した個人-環境適合性を左右する1つの要因はその人の能力と技術が職業上の要請にどれだけ応じられるかである。」と述べている。

当病棟では、術前後、回復期、急変時、ターミナルと多様な患者が入院している。そこで働く私達は、どの状況にも対応できるような能力、技術が要求される。その実践の為、私達はストレスが大きいと考えていた。

しかし、アンケートII、IIIより看護度の高低が身体的、精神的に及ぼす影響に関連性がないことが証明された。結果の理由として私達は次のことが考えられた。

①外科で働くということに対し、状態の変化や仕事の展開が早いというイメージ化をしている。

②当病棟での勤務が根本的に好きである。

③各自が心身をコントロールできている。

④手術をした患者が元気に退院していくと充実感がある。

⑤外科は、術前後、回復期、急変時、ターミナル期等の多様な患者と出会い勉強になる。

看護度に関わらず、ストレスが一定であるという結果は、上記①～⑤と、個々がそれぞれのストレス解決

法を見出し対応しているということが反映されておりこれは環境適合性を表していると考えられる。

## 2. 業務内容におけるストレスについて

アンケートⅣの結果で、直接患者に関わらない「医療介助」「雑務」という項目において、看護度の低い時期よりも高い時期の方がストレスが高いという私達の仮説とは反対の結果がでた。私達は、看護度の高い時は、患者にゆとりをもって関わることは困難なこともあり、自分の理想とした看護ができないと感じている。一方、看護度が低い時には1人に要する時間も多くなり、ベッドサイドでの看護を充実させようとする余裕がでる。そして、行動しようとするが、他の用件が入ればできない場合がストレスとなっていると考えられる。例えば癌と告知されている患者と十分な対話をもとうとしている時である。そのような時に廻診、点滴介助や処置の後片づけ等を依頼されれば患者との対話の時間を中断する場合がある。そして、患者が看護婦に対し「看護婦さんは忙しいから。」と開こうとした心を閉じてしまう場合もある。このようなことが積み重なって生じたものと考ええる。

反対に、業務内容の最も有意性が出た部分が、「待機」という項目である。当病棟は外科系の為、術前後の患者が大半を占めている。だから医師との関係では術前後の患者が多い時期は指示が遅れることもあり、患者の状態の変化に迅速に対応できなく、患者からの不満の訴えがきかれる場合がある。又、内服薬や治療の変更、今後の方向性等患者や家族が医師に説明を希望するが即答がなく、私達が対応に苦慮する場合もある。

又、患者との関係では、高齢者や介助を要する場合検査、処置、手術等の定刻に間に合わなくなることが多々ある。そこでの調整役である私達が円滑に施行できるよう配慮するストレスは、大きいものがある。以上のような状況が重積してストレスとなるのであろうと考える。

## V まとめ

1. 看護度の違いが身体的、精神的にストレスとなって及ぼす影響に変化はみられなかった。これは、心身共に常に万全の状態ではなく、環境適合性を表しているものと考ええる。

2. 業務内容の種類によっては、看護度の高低によりストレスの感じ方に違いがみられた。

①有意性の現れなかったものは「医療介助」「雑

務」という項目であった。これはまず、業務内容が直接患者に関わらない業務である。患者にゆとりを持って関わろうとする時に、これらの為に患者との時間を中断しなければならないジレンマとなって現れる為とわかった。

②有意性の最も現れたものは、「待機」という項目であった。これは、指示の遅れで医師を待ったり、介助を要する患者の行動を待ったり、患者、医師との間に挟まれ、両者の調整役として配慮しなければならない為とわかった。

## VI おわりに

より良い治療、看護を施行するには、患者を中心とした医療スタッフの十分な連携が必要である。看護婦は、その調整役として迅速かつ適切な対応をとる役割を担う。その為には、常日頃よりその環境が自分達のストレスにならないように努めるべきである。

今回の研究結果では、現状の把握にとどまったが、今後は、ストレスの解決策についても研究していきたい。

最後に、今回の看護研究にあたり御指導して頂いた内海教授に、深く感謝いたします。

### <引用文献>

1). 2). リチャード・S・ラザルス、スーザンフォルフマン著：「ストレスの心理学」実務教育出版、P21、P24、1991

3). 安岡博之：「過労死突然死はこう防ぐ」日本実業出版社、P51、1992.10

4). 安岡博之：「あなたのストレスサーはなんですか」月刊ナーシング、P84、1992.5

5). 東京医科大学病院看護部看護業務分類表

6). カレン・E・フラウス他、訳、伊藤幸子他：「ナースとストレス」医学書院、P24、1985

### <参考文献>

1). 東京医科大学病院看護部看護度に関する調査表記入要領

2). 東京看護セミナー現代日本の看護婦研究班：「いま、看護婦は……」その職業観と生活像看護の科学社、P5、1985

3). 佐藤昭夫他：「ストレスの仕組みと積極的対応」藤田企画出版株式会社、P281～P283、1991

(表1)

病歴及びに関する調査票記入要領

< 自己記入要領 >

1. 該当欄に〔O〕をつけて下さい。
2. 診療科目欄には「内科～内」「外科～外」「整形外科～整」のように記入して下さい。
3. 病名欄に主病名のみ、診断が未定の場合は〇〇疑いと記入して下さい。

※ 看護観察程度

- A: 絶えず観察をしなければならない。
- B: 1～2時間毎に観察をしなければならない。
- C: 特に観察を継続する必要はない。

※ 生活の自由度

- I: 常に寝たまま      II: ベッドで体を起こせる
- III: 病室で歩行ができる      IV: 日常生活に殆ど不自由がない

( 例 )

- ・ 車椅子を使用すればトイレに行ける (IV)
- ・ 全員の人で日常生活は1人でしている人 (IV)
- ・ 松葉杖を使用すればトイレに行ける (IV)
- ・ 安静度規制のある人は安静範囲内の行動をすべて判断する

※ 備考欄には番号を記入して下さい

1. OP. 月日
2. 人工呼吸器使用 or モニター装着
3. 意識レベル低下 (夜間せん妄)
4. IV日挿入中 or 輸液ポンプ

I.

① 最初にあなたの経験年数を教えてください。

② あなたにとって ストレス (仕事 生活 人間関係) とは何だと思えますか。

③ あなたは今 ストレスをどの様な方法で解決していますか。

④ 大病院ホスといふのは、あなたはどんなホスにストレスを感じますか。具体的に書いて下さい。

II. 現在、身体面であらびにあらはるものにOをして下さい。(重複可)

- |                                |                        |
|--------------------------------|------------------------|
| ① 首々肩のこり ( )                   | ⑲ 心臓の動悸 ( )            |
| ② 目の痛み ( )                     | ⑳ 物がぼんやり見える ( )        |
| ③ 息切れ ( )                      | ㉑ モのモい ( )             |
| ④ 朝早く目が覚める ( )                 | ㉒ 尿の量が多い ( )           |
| ⑤ 息苦しい ( )                     | ㉓ 朝、手の指がこわばる ( )       |
| ⑥ 腰痛 ( )                       | ㉔ 姿勢が崩れる ( )           |
| ⑦ 胸やけ ( )                      | ㉕ 腹痛 ( )               |
| ⑧ 暑の毛だれ ( )                    | ㉖ 多汗 ( )               |
| ⑨ 疲労感 ( )                      | ㉗ 軽いけが ( )             |
| ⑩ 風邪、のどのぼれ、吹き出物 ( )            | ㉘ アレルギー症状:じん疹、鼻炎など ( ) |
| ⑪ 寝つきが悪い ( )                   | ㉙ 生理不順、月経困難 ( )        |
| ⑫ 知覚過敏: 手にはれず、ヒリヒリ、痛みなど感じる ( ) |                        |
| ⑬ 耳鳴り ( )                      |                        |
| ⑭ 下痢 ( )                       |                        |
| ⑮ 頭痛、偏頭痛 ( )                   |                        |
| ⑯ 目のぼれ ( )                     |                        |
| ⑰ 眩暈、ふらつき、立ちくらみ ( )            |                        |
| ⑱ 熟睡感がない ( )                   |                        |
| ⑲ 消化不良 ( )                     |                        |
| ⑳ 口臭 ( )                       |                        |
| ㉑ 発熱、盗汗 ( )                    |                        |
| ㉒ 食欲不振 ( )                     |                        |
| ㉓ 吐き気、嘔吐 ( )                   |                        |
| ㉔ 夜中に目が覚める ( )                 |                        |
| ㉕ 胸の痛み ( )                     |                        |
| ㉖ 手足や足先のしびれ又はふるえ ( )           |                        |
| ㉗ ケツ: 顔や眼がピリピリする ( )           |                        |

上記、安岡博之「過労死突然死はこう防ぐ」日本実業出版社  
p51, 1992, 10 引用

Ⅲ. 現在精神面であなたにあげられるものに○をして下さい。(複数可)

- ① 患者に対する治療方針もしくは看護面での意見のくい違いが医師との間でよく生じる。( )
- ② 上司(主任、部長)は、自分の話をちゃんと聞いてくれない。腹を割って話せることができない。( )
- ③ 職場に性格の合わない人がいて、その人と顔を合わせるのが思っているより苦痛になる。( )
- ④ 職場ではより仕事以外のことは話さないことが多い。コミュニケーションの低下を感じる。( )
- ⑤ スタッフ全体のチームワークや協働体制を全く感じない。( )
- ⑥ フレッシュマンの研修歴がやってくる4月、5月には気がきかない。( )
- ⑦ スタッフが圧倒的に足りないと感じる。( )
- ⑧ 夜勤などの交代勤務制がかなりきつい。( )
- ⑨ 肩に力をつかい、なかなか休みがとれない。( )
- ⑩ 目下の看護婦が好きなところに行かないのをみると腹が立つが、何も言えない。( )
- ⑪ 体調が悪くてきつくない。( )
- ⑫ 頻繁に鳴るアスコールやTel. 複雑なペースカルテの記入で仕事を中断させられることが多い。( )
- ⑬ 自分の体調で気分がよくないときに患者を思うように元気づけることができず、泣いてしまったり、後で罪悪感を感じる。( )
- ⑭ 患者や家族の希望に添えないことがよくあり、それを相手が納得できるように説明できない。( )
- ⑮ 責任の重い仕事を失敗は許されないと感じる。( )
- ⑯ 長期間の慢性疾患患者や植物人間になっている人を見る。やるせない。( )
- ⑰ 患者の死に多く直面すると同時に、その過程において何もしてあげられないという点で自分の無力さを感じる。( )
- ⑱ 自分が看護婦に向いてないのではなからず、むしろ感じる。( )
- ⑳ 新しい技術や知識を学ぶ時間が少ない。( )
- ㉑ 女性だけの世界で男性と知り合うチャンスがほとんどない。( )

以上 安岡博光「あなたのストレス(は)なんですか」月刊ナース 1992.5. 引用

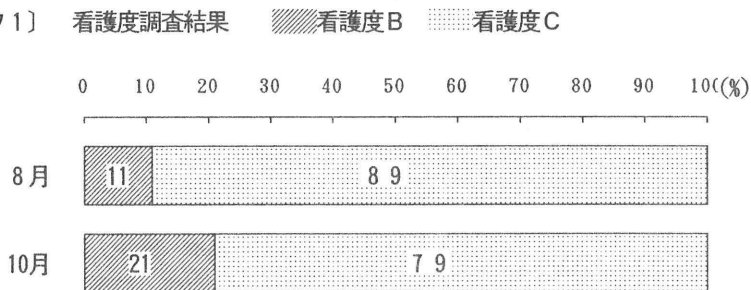
Ⅵ 毎日の仕事であなたがストレスを感じる その度合いに○をして下さい。

(ストレスを... 1 感じない 2 あまり感じない 3 若干 4 感じる 5 大変感じる)

項目	1	2	3	4	5
(直接看護)					
① 食事介助	+				
② 前日膳、下膳	+				
③ 経管栄養	+				
④ 便器、尿器介助	+				
⑤ おむつ交換	+				
⑥ 排便	+				
⑦ 洗滌	+				
⑧ 検査出し	+				
⑨ 手術出し	+				
⑩ 病室移動	+				
⑪ 運動の練習 (指行練習等)	+				
⑫ 背支那の付添	+				
⑬ 体位交換	+				
⑭ 抑仰	+				
⑮ 氷枕、氷のう	+				
⑯ 入浴介助	+				
⑰ 全身、部分清拭	+				
⑱ 内服薬与薬	+				
⑲ 寝衣交換	+				
⑳ シーツ交換	+				
㉑ 環境整備	+				
㉒ 病室巡視	+				
㉓ モニター観察	+				
㉔ バイタル測定	+				
㉕ 入院アナムネーゼ採取	+				
㉖ テスコール応答	+				
㉗ 死後の処置	+				
(間接看護)					
㉘ 看護記録記載	+				
㉙ カーデックス記入	+				
㉚ 申し送り	+				
㉛ 医師からの指示うけ	+				
㉜ コンピューター入力	+				
(医療介助)					
㉝ 回診介助、回診準備	+				
㉞ 注射、輸血介助	+				
㉟ 採血	+				
㊱ 点滴、IVH介助	+				
(事務)					
㊲ 書類、伝票整理	+				
㊳ 面会者応対	+				
㊴ 電話応対	+				
(雑務)					
㊵ 器具の洗浄	+				
㊶ 汚物室整備	+				
(待機)					
㊷ 患者を待つ	+				
㊸ 医師を待つ	+				
㊹ 回診を待つ	+				

以上 東京医科大学病院看護部 看護業務分類表 引用

〔グラフ1〕 看護度調査結果



〔表2〕 アンケート集計結果

	平均		分散		標準偏差		平均差 t 値
	8月	10月	8月	10月	8月	10月	
アンケートⅡ	6.0	6.0	8.4	14.9	3.0	4.0	0.0
アンケートⅢ	7.6	7.7	7.3	11.0	2.8	3.4	0.5
アンケートⅣ	142.4	145.3	512.3	423.0	23.2	21.1	1.9
Ⅳ-直接看護	84.2	86.1	275.7	189.9	17.0	14.1	1.8
Ⅳ-間接看護	16.0	16.5	20.9	11.9	4.7	3.5	1.8
Ⅳ-医療介助	14.2	13.6	10.5	13.1	3.3	3.7	-2.5
Ⅳ-事務	10.2	10.7	5.2	4.9	2.3	2.3	3.2
Ⅳ-雑務	7.6	7.5	3.2	3.8	1.8	2.0	-0.8
Ⅳ-待機	10.2	11.0	4.7	4.7	2.2	2.2	5.3

