

婦人科良性開腹術後の退院指導

－ADLの実態調査をして－

9階西 ○百々桂子 及川 土田 鈴木(友) 市川 須佐

I はじめに

婦人科領域において子宮全摘手術及び付属器切除術は、当病棟では年間約120件施行され、術後から退院まで約2週間と短い。以前より、既製の退院パンフレットを用い指導を行ってきたが、いつ頃、どのようなことを始めたらよいのか、不安が多く聞かれた。河野らは「術後8～10日目頃に家事や買い物・自転車・車の運転・スポーツの開始時期についてなど生活への不安が強くなる¹⁾。」と述べている。そのため、退院後のADL拡大状況について実態調査を行い、それに伴う具体的な意見が得られたので、ここに報告する。

<用語の定義>

ADLとは日常生活動作のことである。

II 研究方法

1. 調査期間：平成12年8月9日～10月20日
2. 研究場所：東京医科大学病院婦人科病棟
3. 研究対象：東京医科大学病院婦人科病棟において平成12年7月末～9月末の間に良性開腹手術を受けた32名のうち研究承諾を得た22名
4. 研究方法：(1)福島らの「子宮筋腫術後患者の退院指導²⁾」を参考に質問用紙を作成した。(2)退院し、2週間後外来受診のため来院する患者を対象に病棟にて面接調査した。

III 結果

A群 表2、3の①に関しては60%以上であり、感想として「創のつれ」「体力の低下」があげられた。④は10%強おり、理由として「家族の協力が得られた」であった。表4aに関しては、退院後1週間以内で問題なく行っていた。表4bの①に関しては約60%であり、感想としては「創のつれ」「力が入って辛い」であったが、②では10%が問題なく行っていた。④は30%おり、理由として

「家族の協力が得られた」「痛むのがこわい」であった。表4cに関して①②で約80%が問題なく行っていた。表4d、eに関して①～③で60%であり、感想として「かがむと辛い」「倦怠感」があげられた。④に関しては、40%おり、理由として「家族の協力が得られた」「かがむのがこわい」であった。表5の①に関しては約10%であり、感想として「創のつれ」であったが、④は約60%であり、理由として「上げられず移動のみ行った」「自信がない」「家族の協力が得られた」であった。

B群 表6に関して感想として、「人込みがこわい」「倦怠感」などがあげられた。表7の①②に関しては70%以上であり、感想として「倦怠感」「創部にひびいて降りの方が辛い」であった。表8aの②に関しては約20%で「歩く方が辛い」があげられたが④は約80%おり、理由として「再診日に確認しようと思った」であった。表8bの①②に関しては約50%であり、感想として「腹部に人、物があたるのがこわい」「腹部をかばってしまう」があげられたが、③では問題なく行っていた。表8cの①は「シートベルトが創にひびく」という感想があげられた。④に関しては75%であり、理由として「自信がない」「再診日に確認しようと思った」であった。表9bの①～③に関しては約55%であり、感想として「創のつれ」「疼痛」であった。

C群 表10の①～③に関して、デスクワークのみ約30%が特に問題なく行っていたが、④で約70%おり、理由として「医師の指示に従った」であった。

D・E群に関しては、開始している人はおらず、理由として「無理だと思った」「再診日に確認しようと思った」であった。

IV 考察

A群表2～5より退院後1週間で家庭内活動を行っていた人が多い。しかし、「創のつれ」「疼痛」「倦

怠感」を訴えていた人もいたため、退院後1～2週間で家庭内活動を開始していくことが望ましい時期と思われる。また早期に開始せざるを得ない人には、これらの症状が出現する可能性を付け加えると共に家族の協力が得られる人には、家族へのアプローチも必要であると考える。

B群表6、7は退院前より実施している人もいたことから、退院後すぐに開始して良いと思われる。しかし表7については、降りの方が創にひびき辛いということが分かり、手術による筋組織の損傷、入院による体力低下があることから、徐々に拡大を図るよう指導していくことが望ましいと思われる。表8 a、cに関しては、退院後2週間以内に開始した人は4名と少ないものの問題ないとの回答が得られた。河野らは「自転車は手術後1カ月位してからが良い。バイクや自動車は退院後すぐからでもかまわないが、長時間乗り回すことのないように。」と述べており、退院後2週間から1カ月位から開始することが望ましいと思われる。表8 bについては、退院後2週間で問題なく行っていたことより、この時期から開始して良いと考える。それ以前に開始した人は創部に物があたるのではないかとという恐怖を訴えていた。そのため、ソフトガードルや腹巻きなどで創部を保護することや、満員電車は避けるように指導する必要がある。表9 a、bについては早期に開始した人は「創のつれ」「疼痛」を訴えており、腹部に負担がかかっていたと思われる。よって退院後2週間以上かけて軽い物からゆっくり開始するように指導していくことが望ましいと思われる。

C・D・E群表10、11、12については表2～9のような活動を徐々に開始しているため、自信のつくと思

われる退院後2週間目頃より、少しずつ開始してもらうように指導することが望ましいと思われる。

これらの調査により、社会復帰に向け早期に活動していることが分かった。しかし、「創のつれ」「疼痛」「倦怠感」など様々な問題もあり、安心して日常生活に戻れるよう、指導していかなければならない。そのためにも、これらの調査で得た結果を既成のパンフレットに追加、修正し早期社会復帰できるように効果的な指導を行ってきたい。

V まとめ

1. 様々な身体的な問題を抱えながらも、社会復帰に向け、早期に活動している人が多かった。
2. C・D・E群表10、11、12に関しては具体的な意見は得られなかったため、今後も調査していく必要がある。
3. 調査対象が少ないため、今後は対象数を増やすと共に、得られた結果を具体的にパンフレットに追加し妥当性を高めていく必要がある。

VI 謝辞

本研究の参加を快く承諾して下さい、自らの体験を語って下さった対象者の皆様に厚く御礼を申し上げます。

VII 引用・参考文献

- 1) 河野敬枝：婦人科手術を受ける患者の不安への援助、看護の研究、vol.25, p177～183、1993
- 2) 福島利恵：子宮筋腫手術後患者の退院指導、看護技術、39(6), p106～115、1993

表1

年齢構成	30代	40代	計
例数	1 3	9	22名
(%)	(59)	(41)	(100)

A群 家庭内での活動

表2 洗濯物を干す・取り込みについて

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	15人(68%)	<ul style="list-style-type: none"> ・手を伸ばすと創部がつれる(5人) ・創部が痛い(3人) ・立っていることが辛い(1人) ・問題無し(6人) 	
②退院後1週間以内	4人(18%)	<ul style="list-style-type: none"> ・問題無し(4人) 	
③退院後2週間以内	0人(0%)		
④まだ開始していない	3人(14%)		<ul style="list-style-type: none"> ・家族の協力が得られた(3人)

表3 食事の支度・後片付けについて

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	14人(64%)	<ul style="list-style-type: none"> ・体力が低下していて疲れる(4人) ・フライパン・なべ等が重い(2人) ・問題無し(8人) 	
②退院後1週間以内	3人(14%)	<ul style="list-style-type: none"> ・体力が低下していて疲れる(1人) ・フライパン・なべ等が重い(1人) ・問題無し(1人) 	
③退院後2週間以内	1人(4%)	<ul style="list-style-type: none"> ・問題無し(1人) 	
④まだ開始していない	4人(18%)		<ul style="list-style-type: none"> ・家族の協力が得られた(4人)

表4 掃除について

a. 術前にほうきを使用していた人(3人)

開始した時期	人数	感想
退院後1週間以内	3人(100%)	<ul style="list-style-type: none"> ・腰が痛い(1人)、問題無し(2人)

b. 術前に掃除機を使用していた人(19人)

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	11人(58%)	<ul style="list-style-type: none"> ・創部がつる(3人) ・力が入って辛い(2人) ・問題無し(6人) 	
②退院後1週間以内	2人(10%)	<ul style="list-style-type: none"> ・問題無し(2人) 	
③退院後2週間以内	0人(0%)		
④まだ開始していない	6人(32%)		<ul style="list-style-type: none"> ・家族の協力が得られた(3人) ・痛むのがこわい(1人) ・整頓されており気にならなかった(2人)

c. 術前にクイックルワイパーを使用していた人（17人）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	8人（47%）	・問題無し（8人）	
②退院後1週間以内	5人（29%）	・問題無し（5人）	
③退院後2週間以内	0人（0%）		
④まだ開始していない	4人（24%）		・家族の協力が得られた（3人） ・整頓されており気にならなかった（1人）

d. 術前に雑巾を使用していた人（10人）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	2人（20%）	・かがむと辛い（2人）	
②退院後1週間以内	4人（40%）	・問題無し（3人） ・かがむと辛い（1人）	
③退院後2週間以内	0人（0%）		
④まだ開始していない	4人（40%）		・かがむのがこわかった（3人） ・家族の協力が得られた（1人）

e. 術前に風呂掃除をしていた人（10人）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	2人（20%）	・疲れる（1人） ・問題無し（1人）	
②退院後1週間以内	2人（20%）	・疲れる（1人） ・問題無し（1人）	
③退院後2週間以内	2人（20%）	・問題無し（2人）	
④まだ開始していない	4人（40%）		・家族の協力が得られた（4人）

表5 布団の上げ下ろしについて（術前布団を使用していた人 17人）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	2人（12%）	・創部がつれる（2人）	
②退院後1週間以内	3人（17%）	・少しずつならできる（1人） ・問題無し（2人）	
③退院後2週間以内	2人（12%）	・問題無し（2人）	
④まだ開始していない	10人（59%）	・上げられず移動のみ行った（4人）	・自信がない（3人） ・家族の協力が得られた（3人）

B群 屋外での活動

表6 歩行について

開始した時期	術前歩行時間からの増減	人数	開始していない理由
①退院後2～3日以内	増えた 減った 変わり無し	2人(9%) 13人(59%) 7人(32%)	<ul style="list-style-type: none"> ・人込みがこわい(9人) ・疲れやすい(8人) ・ゆっくり歩いた(3人) ・手荷物を減らした(2人) ・腹部をかばった(3人) ・創部がつれる(2人) ・問題無し(2人)
②退院後1週間以内	増えた 減った 変わり無し	4人(18%) 11人(50%) 7人(32%)	
③退院後2週間以内	増えた 減った 変わり無し	3人(14%) 9人(41%) 10人(45%)	

表7 階段の登り降りについて

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院前から	6人(27%)	<ul style="list-style-type: none"> ・登る時に足が重い(2人) ・お腹にひびく(1人) ・こわい(1人) ・問題無し(2人) 	
②退院後2～3日以内	10人(45%)	<ul style="list-style-type: none"> ・疲れる(4人) ・創部にひびいて降りの方が辛い(3人) ・問題無し(3人) 	
③退院後1週間以内	2人(9%)	<ul style="list-style-type: none"> ・創部にひびいて降りの方が辛い(1人) ・疲れる(1人) 	
④退院後2週間以内	2人(9%)	<ul style="list-style-type: none"> ・創部にひびいて降りの方が辛い(1人) ・問題無し(1人) 	
⑤まだ開始していない	2人(9%)		<ul style="list-style-type: none"> ・こわくてエレベーターを使用した(1人) ・階段がなかった(1人)

表8 乗り物について(術前の自転車使用者11名 バイク使用者0名)

a. 術前に自転車を使用していた人(11名)

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
②退院後2～3日以内	0人(0%)		
③退院後1週間以内	2人(18%)	<ul style="list-style-type: none"> ・歩く方が辛い(1人) ・問題無し(1人) 	
④退院後2週間以内	0人(0%)		
⑤まだ開始していない	9人(82%)		<ul style="list-style-type: none"> ・再診日に確認しようと思った(4人) ・自信がなかった(3人) ・出血があった(1人) ・パンフレットに書いてあった(1人)

b. 術前に電車を使用していた人（19名）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	4人（22%）	・腹部に人・物があたるのが こわい（4人）	
②退院後1週間以内	5人（26%）	・腹部をかばってしまう（2人） ・疲れた（2人） ・問題無し（1人）	
③退院後2週間以内	5人（26%）	・問題無し（5人）	
④まだ開始していない	5人（26%）		・腹部に人・物があたるのがこわい （3人） ・必要無し（2人）

c. 術前に車を使用していた人（8名）

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	2人（25%）	・シートベルトがお腹にひびく （1人） ・問題無し（1人）	
②まだ開始していない	6人（75%）		・自信がない（3人） ・再診日に確認しようと思った（2人） ・必要無し（1人）

表9 重い物を持つての買い物

a. あなたにとっての重い物とは？

ペットボトル2本	9人（41%）
米10キロ位	4人（18%）
洗剤	4人（18%）
野菜	3人（14%）
思いあたらない	2人（9%）

b. 重い物を持つての買い物

開始した時期	人数	感想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	2人（9%）	・腹がつれる、痛い（2人）	
②退院後1週間以内	4人（18%）	・腹がつれる（1人） ・問題無し（3人）	
③退院後2週間以内	6人（27%）	・腹がつれる（1人） ・疲れた（1人） ・問題無し（4人）	
④まだ開始していない	10人（46%）		・心配、自信がない（10人）

C群 仕事について (仕事をしていた人19人、していない人3人)

表10

開始した時期	職 種	人 数	感 想	開始していない理由
①退院後2～3日以内	デスクワーク	2人(11%)	・問題無し(2人)	
②退院後1週間以内	デスクワーク	2人(11%)	・問題無し(2人)	
③退院後2週間以内	デスクワーク	2人(11%)	・疲れた(1人) ・問題無し(1人)	
④まだ開始していない	デスクワーク	8人(42%)	・医師の指示に従った(8人)	
	立ち仕事	5人(26%)		・医師の指示に従った(5人)

D群 スポーツについて

表11 術前にスポーツをしていた人(8人)

開始した時期	人 数	開始していない理由
退院後2週間以上	0人(0%)	・心配、自信がない(4人) ・再診日に確認しようと思った(2人) ・看護婦に指導された(2人)

E群 旅行について

表12

開始した時期	人 数	開始していない理由
退院後2週間以上	0人(0%)	・心配、自信がない(15人) ・予定なし(5人) ・再診日に確認しようと思った(2人)