

洗顔がもたらす覚醒への影響 －臥床患者を対象とした顔面清拭との比較－

key word 洗顔 顔面清拭 覚醒

15階西 ○永井早苗 田中夕紀 鈴木有紀子 奥川麻美

はじめに

当病棟は意識レベルの低下、脳血管疾患や難病等による麻痺や筋力低下などの症状を有する患者が大半を占めている。そのため、治療による安静の保持のよって、活動性が低下し日中でも傾眠傾向で昼夜逆転による不眠など睡眠障害を引き起こすケースが多くみられる。現在、自分で洗顔を行うことが困難な臥床患者に対し、蒸しタオルによる顔面清拭を行っているが、顔面清拭後も覚醒せずに再度入眠してしまう患者が多く、顔面清拭は覚醒を促すきっかけになっているのか疑問に思った。長期臥床患者に洗顔を行った結果、日中開眼している時間が長くなるという事例が報告されている¹⁾ことから、洗顔が患者の覚醒を促し1日の生活のリズムを整えるきっかけになるのではないかと考えた。そこで洗顔がもたらす覚醒への影響を明らかにするため、顔面清拭との比較調査を行った。

I 研究方法

1. 対象者：平成17年9月～11月に当病棟に入院していた自力洗顔が困難な臥床患者10名
2. 調査期間：平成17年9月～10月
3. 調査項目：夜間の睡眠時間・夜間睡眠の質・起床時間・入眠時間・日中の覚醒時間・日中覚醒の質・ケア前後の覚醒状況・さっぱり感・患者の反応
4. 方法
 - 1) 実施方法：最初の1週間は顔面清拭、次の週は洗顔を1日1回7時に施行。
 <顔面清拭>
 洗顔実施時と同様の体位、時間に蒸しタオルで顔面清拭を実施。
 <洗顔方法>
 必要物品：吸い飲み・微温湯(34～37℃)
 500mlペットボトル・輪ゴム・バスタオル2枚・タオル1枚・ディスポ手袋・カット綿3枚・石鹸・ケープ
 ①カット綿で耳栓を行う。
 ②患者をギャジアップ45度にする。
 ③シーツ、寝衣が濡れないようにタオルを患者の後頭部から前額部にかけて覆い輪ゴムでとめる。バスタオルを頸部に巻きその上からケープをつけ、ケープの上からバスタオルで覆う。
 ④カット綿で目を覆う。

- ⑤吸いのみに入れた微温湯で顔半分ずつ額から口角にかけて濡らしていく。
 湯の量として顔半分100ml程度とする。
- ⑥石鹸で眼周囲を除いた顔全体を手で洗う。
- ⑦眼周囲を濡らしたカット綿で拭く。
- ⑧吸いのみに入れた微温湯で顔半分ずつ洗う。
 湯の量の目安は顔半分150ml程度とし、泡の落ち具合により湯は適宜追加する。
- ⑨タオルで水分を拭き取る。

2) 評価方法

看護成果分類NOCを参考にした独自の5段階評定。1から5の段階を点数化し、平均値・一元分散分析・相関分析を行なった。また、患者の反応のみ自由記載とした。評価はその日の担当看護師がすることとした(表1)。

II 倫理的配慮

調査結果は個人情報保護法のもとプライバシーを厳守し、この研究以外には用いない事、途中で中止できる事が可能である旨を同意書に明記し説明を行った。研究の参加・協力の自由意思の確認は同意書を用いて行った。

III 結果

洗顔と顔面清拭を比較するため「睡眠」「覚醒」「さっぱり感」「患者の反応」の4つのカテゴリーに分け、関連する9つの調査項目について1日ごとに平均値を求め、一元分散分析、相関分析を行った。対象者の属性、背景は(図1.2.3.4.5)参照。

10名中1名は全身状態悪化により中断となった。他1名は意識レベルの低下がみられたが調査は続行できた。調査前から睡眠導入剤や抗精神病薬を使用していた患者は5名。顔面清拭時には薬剤投与量の変化はなかったが、洗顔5日目以降に3名が薬剤の増量をした。不眠の為、抗精神病薬を使用していたが、洗顔開始時より抗精神病薬を内服せずに入眠出来る様になった患者が1名いた。

1. 睡眠について

「入眠時間」については、病棟の消灯21時を基準に30分単位で前後2時間以上までの5段階のスケールにて評定した。一週間を通して、平均値は顔面清拭(2.44p～3.63p)、洗顔(2.38p～3.40p)で、両者ともに平均値に大きな差はなかった。しかし、3日目の平均値が顔面清拭(3.67p)、洗顔(2.44p)と、洗顔

よりも顔面清拭に有意差 ($P<0.03$) が認められた (表 2)。「夜間の睡眠時間」「夜間睡眠の質」は、顔面清拭、洗顔で両者ともに平均値の差はなく、有意差も認められなかった (表 3.4)。

2. 覚醒について

「ケア前後の覚醒状況」は、ケア前の平均値は顔面清拭 (2.67p~3.22p)、洗顔 (2.78p~4.00p) であり、またケア後の平均値は顔面清拭 (3.00p~3.89p)、洗顔 (3.78p~4.63p) であった。顔面清拭、洗顔共に実施後の平均値の上昇が認められた。さらに洗顔の方が実施後の平均値の上昇が大きく、スケール 3「呼びかけで開眼」~スケール 4「開眼」となり、洗顔 5 日目には有意差 ($P<0.009$) があることが明らかになった。しかし、洗顔 6 日目以降平均値は低下し、有意差は認められなかった (表 5.6)。「日中の覚醒時間」「日中覚醒の質」「起床時間」の平均値は顔面清拭、洗顔ともに差はなく有意差は認められなかった (表 7.8.9)。

3. さっぱり感について

「さっぱり感」の平均値は顔面清拭 (2.67p~3.67p)、洗顔 (3.67p~4.71p) であり、洗顔の平均値の上昇が大きく、日を追う毎に上昇が認められ、スケール 3「普通」~スケール 4「ややさっぱりした」という結果になった。さらに 5 日目 ($P<0.04$)、6 日目 ($P<0.002$)、7 日目 ($P<0.0001$) に洗顔に有意差があることが明らかになった。経過を追うと共に洗顔によるさっぱり感の有意差が大きくなっている (表 10)。さらに、2、3 日目のさっぱり感と洗顔実施後の覚醒状況、2、3、6 日目のさっぱり感と覚醒時間には正の相関関係が認められた (図 6.7.8.9.10)。

4. 患者の反応

洗顔を実施したことで「洗顔後のほうが目が覚める」「気持ち良い」「こっちの方がいいよ」等の意見が聞かれ、家族の方からは「顔色がよくなった」という声が聞かれた。さらに鏡を見なかった患者が鏡を見るという反応も見られるようになった。

Ⅳ 考察

睡眠については「夜間の睡眠時間・質」に有意差はなく、洗顔をすることで夜間の睡眠時間の延長、夜間良質な睡眠には繋がらなかった。また「入眠時間」の 3 日目に顔面清拭に有意差がでている事は、研究対象者の環境を一定に保つことが困難であったため、洗顔 3 日目の入眠時間の平均値の急激な低下は、何らかの環境因子によるものとも考えられた。

覚醒については「ケア前後の覚醒状況」をみると、顔面清拭、洗顔共に実施後に覚醒している患者が多かった。さらに洗顔の方がケア前後の平均値の上昇が大きく、5 日目に洗顔に有意差を認めた。このことから、洗顔は顔面清拭よりも覚醒を促すきっかけになっているの

ではないかと考えられる。しかし洗顔 6 日目以降有意差が認められず、平均値が低下していることは、5 日目から 3 名の対象者が睡眠薬を増量している事が誘因となっているのではないかと考えられる。また、「日中の覚醒時間」「日中覚醒の質」に有意差は認められず、洗顔の実施により、日中の覚醒時間の延長、覚醒の質の向上は結果として得ることはできなかった。

さっぱり感については洗顔のほうがよりさっぱり感が得られ、さっぱり感とケア後の覚醒状況に正の相関関係が認められた。さらに洗顔のさっぱり感の有意差が日を追うごとに大きくなる事が明らかになった。このことから、洗顔を継続して行うことで、より覚醒を促すきっかけに繋がるのではないかと考えられる。

六角らは、人が人間である限り基本的生活欲求を持ち、その欲求を満たしたいと思いが生きている²⁾と述べており、「洗顔を行うことで今まで鏡を見なかった患者が鏡を見るようになった」また「洗顔開始後より抗精神病薬を内服せずに入眠できるようになった」ことから、洗顔を行うことで、情緒面に良い影響を与え、基本的生活欲求を満たす事も出来たのではないかと考える。

以上のことから、洗顔は一時的に覚醒を促す効果はあったが、持続性はなく昼夜逆転や日中の傾眠傾向の改善には結びつかなかった。その原因の一つとして、中枢神経系に局所の病巣が存在する疾患では、睡眠覚醒システムである視床・視床下部・脳幹の局所病巣による直接的な結果として、眠気をきたす場合がある³⁾ことから、疾患による影響も大きいと考えられる。しかし、一時的にでも覚醒を促すこと、情緒面への良い影響を与えることから、洗顔は顔面清拭に比べ覚醒への影響が大きく、1 日の生活のリズムを整えるきっかけになると思われる。今回は朝 1 回の実施であったが、患者の覚醒状況に合わせ、日中も洗顔を行なう事で覚醒時間の延長に繋がり、1 日の生活リズムを整え、患者の QOL の向上にも繋がるのではないかと考える。

V まとめ

この研究により、洗顔は覚醒を促すきっかけとなっている事が分かった。しかし、一時的な覚醒の評価は出来たものの、覚醒の持続時間について評価する事は出来なかった。さらに対象数も 10 名と少なかつたため、今後は対象数を増やし、評価方法を見直し、長期間継続して行うことで洗顔の効果をより明確にしていきたい。

引用・参考文献

- 1) 山岸智春, 茶谷歩, 山中知子 他. 長期臥床患者の洗顔方法の検討とその効果. 第 35 回日本看護学会論文集 (老年看護). 143-145, 2004.
- 2) 六角僚子, 柄澤行雄. 高齢者ケアの考え方と技術. 東京. 医学書院. 4-9, 2001.

- 3) 大倉睦美. 眠気を訴える患者・眠気を周囲より指摘される患者. 臨床看護. 31 (12), 1763-1769, 2005.
- 4) マリオン・ジョンソン, メリディーン・マース. 看護成果分類 (NOC) 看護ケアを評価する為の指標・測定尺度 (第2版). 東京. 医学書院. 2003.

表 1 評価表

	スケール 1	スケール 2	スケール 3	スケール 4	スケール 5
①夜間の睡眠時間 (他覚的)	0 時間	0 ～ 2 時間未満	2 ～ 4 時間未満	4 ～ 6 時間未満	6 時間以上
②夜間睡眠の質	不眠	やや不眠	断眠	良眠	熟眠
③起床時間 (6 時)	前後 2 時間以上	前後 1 ～ 2 時間	前後30～ 1 時間	前後30分	6 時
	1) ～4:00 2) 8:00～	1) 4:01～5:00 2) 7:59～7:00	1) 5:01～5:30 2) 6:30～6:59	1) 5:31～5:59 2) 6:01～6:29	
④入眠時間 (21時)	前後 2 時間以上	前後 1 ～ 2 時間	前後30～ 1 時間	前後30分	21時
	1) ～19:00 2) 23:00	1) 19:01～20:00 2) 22:00～22:59	1) 20:01～20:30 2) 21:30～21:59	1) 20:31～21:00 2) 21:01～21:59	
⑤日中の覚醒時間	6 時間未満	6 ～ 9 時間未満	9 ～12時間未満	12～15時間未満	15時間以上
⑥日中覚醒の質	入眠	傾眠	うとうと	開眼	スッキリ
⑦ケア前の患者の状況	眠っている	痛み刺激で開眼	呼びかけで開眼	開眼	発語あり
⑧ケア後の患者の状況	眠っている	痛み刺激で開眼	呼びかけで開眼	開眼	発語あり
⑨さっぱり感	さっぱりしない	あまり さっぱりしない	普通	やや さっぱりした	さっぱりした

表 2 入眠時間

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.00 ± 1.31	2.38 ± 1.06	2.44 ± 1.24	3.00 ± 1.07	3.13 ± 0.99	3.33 ± 0.52	3.40 ± 0.55
顔面清拭	2.44 ± 1.42	3.22 ± 1.39	3.67 ± 0.87*	3.56 ± 1.13	3.44 ± 1.33	3.33 ± 1.12	3.63 ± 0.52
* P<0.03 vs 洗顔							

表 3 夜間の睡眠時間

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	4.88 ± 0.35	4.67 ± 0.50	4.89 ± 0.33	4.57 ± 0.79	4.44 ± 1.01	4.88 ± 0.35	5.00 ± 0
顔面清拭	4.67 ± 1.00	4.67 ± 0.71	4.56 ± 1.01	4.56 ± 1.01	4.78 ± 0.44	5.00 ± 0	5.00 ± 0

表 4 夜間睡眠の質

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.50 ± 1.70	4.00 ± 0.50	4.00 ± 0.50	3.50 ± 0.55	3.44 ± 1.13	4.13 ± 0.64	4.17 ± 0.75
顔面清拭	3.89 ± 0.78	3.89 ± 0.60	3.78 ± 0.83	3.67 ± 0.87	3.67 ± 0.87	4.11 ± 0.33	3.89 ± 0.33

表 5 ケア前覚醒状況

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	2.78 ± 1.64	3.13 ± 1.36	3.44 ± 1.24	3.63 ± 0.52	4.00 ± 0.76*	3.56 ± 1.33	3.14 ± 1.07
顔面清拭	2.67 ± 1.12	2.67 ± 1.12	2.67 ± 1.12	3.00 ± 1.00	3.11 ± 0.93	3.78 ± 0.67	3.22 ± 1.09
* P<0.05 vs 顔面清拭							

表 6 ケア前覚醒状況

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.78 ± 1.39	4.14 ± 1.57	3.78 ± 1.48	4.00 ± 0.93	4.63 ± 0.52*	4.56 ± 0.73	4.17 ± 1.33
顔面清拭	3.00 ± 0.71	3.00 ± 0.71	3.00 ± 0.71	3.22 ± 0.67	3.56 ± 0.88	3.89 ± 0.78	3.56 ± 0.73
* P<0.05 vs 顔面清拭							

表 7 日中の覚醒時間

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.50 ± 1.51	3.63 ± 1.51	3.33 ± 1.66	3.22 ± 1.64	3.63 ± 1.51	3.14 ± 1.77	2.67 ± 1.03
顔面清拭	3.33 ± 1.50	3.00 ± 1.41	2.78 ± 1.20	4.00 ± 1.41	2.89 ± 1.27	3.33 ± 1.50	3.00 ± 1.32

表 8 日中覚醒の質

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.50 ± 0.93	3.25 ± 1.04	3.44 ± 0.88	3.22 ± 1.20	3.44 ± 0.88	3.14 ± 1.21	3.29 ± 0.49
顔面清拭	3.33 ± 0.87	3.44 ± 0.74	3.11 ± 0.93	3.33 ± 1.00	3.33 ± 0.87	3.22 ± 0.83	3.11 ± 0.93

表 9 起床時間

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	2.63 ± 1.51	2.78 ± 0.83	2.67 ± 1.12	2.86 ± 1.35	2.89 ± 1.36	2.38 ± 1.30	4.00 ± 1.10
顔面清拭	2.33 ± 1.12	2.56 ± 1.01	2.44 ± 1.13	2.33 ± 1.00	2.00 ± 1.22	3.00 ± 0.87	3.22 ± 1.30

表10 さっぱり感

	day 1	day 2	day 3	day 4	day 5	day 6	day 7
洗顔	3.67 ± 1.58	4.00 ± 1.53	3.71 ± 1.50	4.25 ± 1.49	4.25 ± 1.49*	4.50 ± 0.76**	4.71 ± 0.49***
顔面清拭	3.56 ± 1.24	2.67 ± 1.32	3.67 ± 0.87	3.56 ± 0.73	2.89 ± 0.93	3.22 ± 0.67	3.00 ± 0.71

* P<0.04 vs 顔面清拭	n=10
** P=0.002 vs 顔面清拭	
*** P<0.0001 vs 顔面清拭	

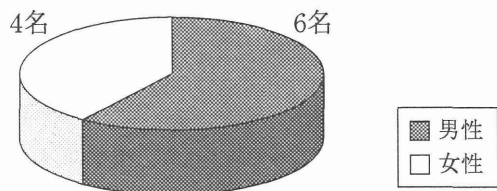


図1 対象者の性別 n=10

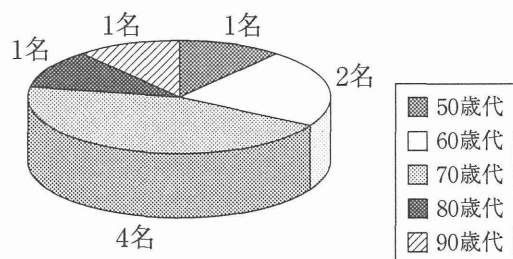


図2 年齢 n=10

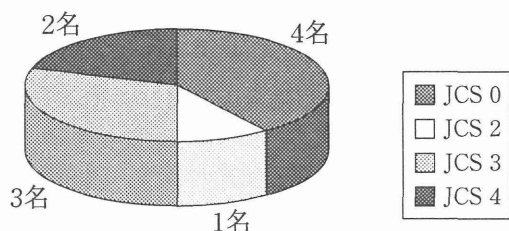


図3 意識レベル (JCS) n=10

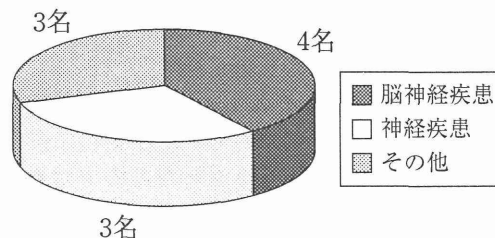


図4 疾患 n=10

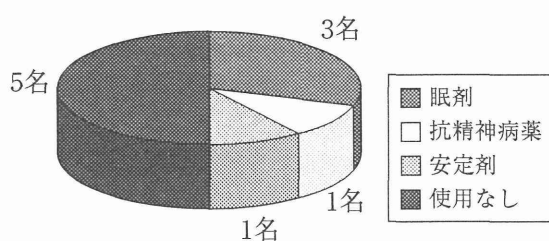


図5 薬剤使用状況 n=10

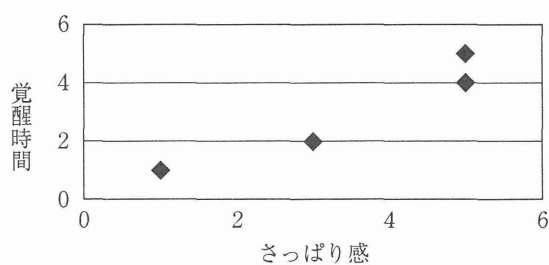


図6 さっぱり感と覚醒時間
相関関係(2日目)

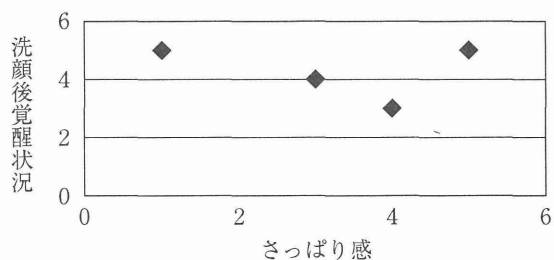


図7 さっぱり感と洗顔後の覚醒状況
相関関係(3日目)

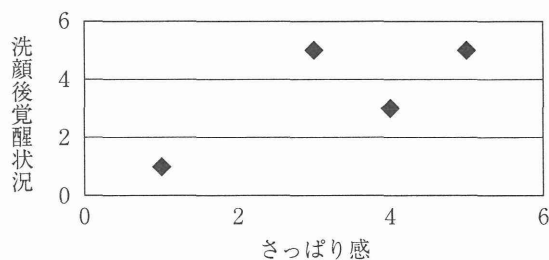


図8 さっぱり感と洗顔後の覚醒状況
相関関係(2日目)

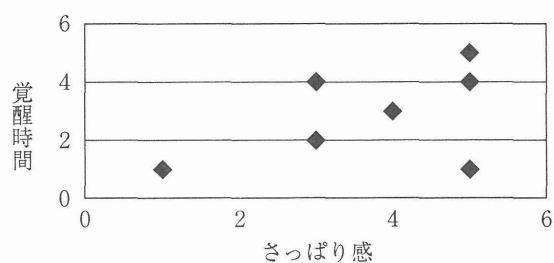


図9 さっぱり感と覚醒時間
相関関係(3日目)

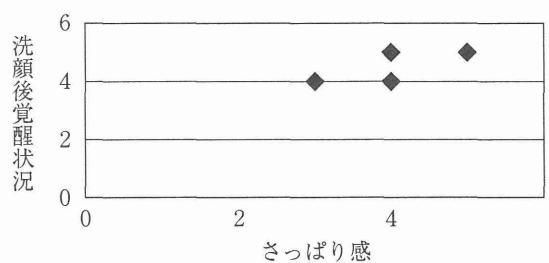


図10 さっぱり感と洗顔後の覚醒状況
相関関係(6日目)