Self-managementと看護師の役割

Self-management and role of nurses in rehabilitation for patients with chronic respiratory disease

関東学院大学看護学部療養支援看護学准教授 **若林 律子** *Ritsuko Wakabayashi*

Key words

セルフマネジメント，モチベーション，行動変容，自己効力感

Summary

米国胸部疾患学会，欧州呼吸器学会より発表されている「呼吸リハビリテーションのステートメント」では，セルフマネジメント介入のプロセスとして患者への知識，マネジメント方法の教育を行い，患者自身が意思決定，ゴール設定，問題解決，さらには自己効力感を増強できることが含まれている。セルフマネジメント介入に関する報告は年々増加しているが，成功するセルフマネジメント介入では，患者を取り巻く環境の変化（増悪に伴う急激な症状の悪化，生活環境の変化，健康状態の変化など）に合わせ，患者自身が行動変容できるように介入することが重要であり，そのためには，構造的かつ患者それぞれに合った個別的セルフマネジメント介入が必要であるとされている。患者自身がセルフマネジメントできるよう，看護師は，一方的に知識や技術の提供を行うのではなく，患者自身がセルフマネジメントに関する問題に気づき，問題解決するための行動変容ができるよう援助することが重要である。本稿では，患者自身がセルフマネジメントを習得するまでのプロセスでの看護師の役割を解説する。

はじめに

呼吸リハビリテーションによって呼吸器疾患患者の症状や運動耐容能，うつや不安などの心理状態，生活の質（quality of life；QOL）を改善することはすでに多くの報告があり，呼吸リハビリテーションの効果は広く知られている。しかし，2010年に呼吸器疾患患者を対象に行ったアンケート調査をまとめた在宅呼吸ケア白書では，呼吸リハビリテーションの指導を受けた患者は全体の53％にとどまっており[1]，2005年に行われた同アンケート調査結果[2]より4％増加したのみであった。呼吸リハビリテーションの実施状況を調べた調査では，55％の施設で呼吸リハビリテーションが行われているが，地域差が大きいことが報告されている[3]。欧米においても，呼吸リハビリテーションが普及しない1つの理由として，呼吸リハビリテーションを行っている施設が少ないことが挙げられている[3)4)]。このような背景から，患者がアクセスしやすい呼吸リハビリテーション施設が求められている。近年では，病院などの施設だけではなく，在宅や地域における呼吸リハビリテーションにおいても施設で行う呼吸リハビリテーションと同じ効果が得られることが報告され[5)6)]，それぞれの個人に合った呼吸リハビリテーションが提供されることが推奨されている。また，米国胸部疾患

SAMPLE

Copyright(c) Medical Review Co.,Ltd.