意識づけと継続を目指した服薬自己管理へのアプローチ

1階東病棟
○武田さとみ・田井　雅子・藤本　洋子
久市　修佳・川上　玲子・山田　純代
藤村　洋子

Ⅰ．はじめに

近年，精神科においても，薬物療法の進歩や地域社会の精神障害者に対する認識の変化により，比較的短期間に退院するようになった。

その反面退院後確実な服薬ができず症状が悪化し，再入院を繰り返すケースも増えてきた。これを「回転ドア現象」と言い現在大きな問題となっている。

当病棟では服薬管理は看護婦が行っている。その為，患者は服薬に対して依存的，かつ受け身的である。そこで退院後も服薬の継続ができるように入院中から服薬の必要性が理解でき，自分から進んで服薬する習慣をつけることを目的とし，服薬の自己管理を試みた。

その結果，以前は自己判断で服薬を調節していた患者が，十分自己管理ができるようになり今後も続けていきたいと意欲的な言葉が多く聞かれるようになった。そこでその実際をまとめ，ここに報告する。

Ⅱ．実施期間

平成５年８月１日～20日

Ⅲ．実施方法

１．服薬状況アンケート調査（資料１）
２．服薬自己管理の実施
３．服薬意識アンケート調査（資料２）

Ⅳ．実施内容

一般病棟に入院中の神経科精神科患者21名を対象に，入院前の「服薬状況調査」を行った。また担当医を交えて服薬の自己管理が可能だと思われる患者10名を選出した。

自己管理方法として，１日分管理を７クール，３日分管理を２クール，１週間分管理を１クールと階段を追って実施した。内服薬の準備は，前日の日勤の看護婦がトレイＡ（図１参照）にセットし，深夜勤の看護婦がボードＢ（図２参照）に入れた。服薬の確認は朝食後薬・昼食後薬は日勤の看護婦が，夕食後薬・眠前薬は準夜勤の看護婦がその時間帯の内服薬が残っていないか，残薬の数は合っているかの２点について行った。

自己管理実施終了後，自己管理を行った患者を対象に「服薬意識調査」を行った。

Ⅴ．結　果

１日分及び３日分の服薬管理が十分行えず，確認の際に看護婦の声かけが必要であった者が２名いた。１名は内服に無関心であり，もう１名は好褥的で眠っている事が多く飲み忘れる様であった。また途中２名は軽快退院した。１週間分管理では内服に無関心だった患者が，毎回声かけを必要とするようになったり，また症状が悪化した患者は看護婦の服薬の確認が必要となったりして，２名の者が中断せざるをえなくなった。その他６名の患者は現在も服薬の自己管理を続行している。

Ⅵ．考　察

精神科看護では，患者の日常生活の自立を促すことが最も重要である。しかし，実際にはそれを妨げるような過度な看護援助が多く行われ，患者は知らず知らずのうちに受け身的な生活に慣れてしまっている。特に服薬に関しては，看護婦に手渡されるから服薬しているという現状にある。その為服薬の必要性が理解できないまま退院してしまい，服薬の継続が出来ず再燃し再入院を繰り返すと考えられる。

富沢[1]らは，「患者が入院中に自分で自分の薬を管理して，自ら服用する生活態度を養う事は非常に大切である。服薬を習慣化させる為にも，薬の自己管理を推進するのは良い事である。」と述べている。

今回服薬の自己管理を行うにあたり，看護婦側ではまとめて配薬する為の準備や，服薬確認などに要する手間・時間，また患者側では飲み忘れ，飲み間違い・破棄等の可能性の問題点が予測された。患者側に予測される問題に対しては対象となる患者の選択を担当医と十分に話し合い，１）自己管理実施前の段階で拒薬が認められない事，２）飲み忘れ，飲み間違い等で症状の著しい増悪につながらない事，３）物事にたいして理解力がある事の条件に当てはまる患者に限定した。

服薬の自己管理実施前は１回分毎１袋にまとめて，直接手渡し服薬するまで確認していた為，患者にとっては「服薬させられている」「監視されている」といった感じが強かった様に思われる。自己管理実施後は，「内服薬の時間を気にかける習慣がついた」「自分の薬だという気持ちになった」「時間が自由で解放感がある」等から，服薬を気にかけるようになった事，看護婦に管理されているという束縛からの解放感がうかがえた。そして「飲まされる」から「自分で飲む」へと意識の変化が起こり，実際に自分で管理できたことで自信が深まったと思われる。

服薬の自己管理を継続するためには，本人の理解，病識，生活の一部に組み込まれ習慣となる事など様々な要因が必要である。今回患者が服薬の自己管理ができたのは，患者が自ら薬を準備し内服する事により服薬への関心が高まった事，そして続けて服薬できるよう根気よく説明することで，より理解を深め習慣化に近づけるよう働きかけたからと考える。

今回の服薬の自己管理が上手くいったからといって，服薬を中断したり再入院を繰り返したりしないという保証はない。しかし，入院中より積極的に自立への援助として服薬の自己管理を行ったことは意義深い事である。

患者は服薬の自己管理をすることにより，自主性を要求され病気に直面せざるを得ない状態となる。さらに看護婦が意識的に関わることで，患者とのコミュニケーションを深め良い結果を生み出す事ができる。

精神科において服薬のみではなく，日常生活指導は困難な場合が多い。しかし自主性のない入院生活を放置する事は，退院後の患者の自立を阻む事になる。そこで患者自ら治療に参加させ，主体性のある日常生活が送れるよう指導していく事は精神科看護として重要な事である。

今回の服薬指導を通して反省すべき点は，アンケート内容では認識と習慣化を立証する項目が不足しており，確実な根拠として反映されなかった事，また大学病院の特殊性により急性期の患者を受け入れるため，入院期間が短く充分な意識づけと継続には至らなかった事である。

Ⅶ. おわりに

今回の研究を通しての反省点をふまえて，今後も服薬の自己管理へのアプローチを継続していきたい。

引用・参考文献

1）富沢光恵他：精神科看護学叢書１，メヂカルフレンド社，1989.

2）平山朝子他：精神分裂病患者の看護，第２版，日本看護協会出版会，1987.

3）入戸野正著：解放病棟における向精神薬自己管理の試み－５年間の経験を振り返って－，精神科看護，第27号，P75～78，1988.

4）第18回日本精神科看護学会誌，日本精神科看護技術協会，Vol.36，No.18，P54～56，P78～80，P166～168，P410～442，1993.

5）第16回日本精神科看護学会誌，日本精神科看護技術協会，Vol.34，No.16，P102～110，1991.

6）第13回日本精神科看護学会誌，日本精神科看護技術協会，Vol.31，No.13，P395～398，1988.

【資料１】

服薬の自己管理についてのアンケート結果

退院後薬を続けて飲む事は，病気の再発防止のためにも大切な事です。皆さんが家庭でどのように薬を飲まれていたかを知るために，アンケートを取らせて頂きたいと思います。

下記の質問にお答え下さい。

１．年齢（　　歳）

20歳未満……8名

20歳以上，40歳未満……5名

40歳以上，60歳未満……3名

60歳以上……7名

２．性別　　男……6名　　女……15名

３．担当医よりあなたが飲んでいる薬について説明を受けたことがありますか。

はい……16名　　いいえ……5名

４．入院前に薬を飲んでいましたか（他の病院で貰った薬を含む）。

はい……20名　　いいえ……1名

「はい」と答えた方は，薬の管理は誰がどのようにしていましたか。

- 自分がすべてしていた。……17名
- 家族が時間になると声をかけてくれて自分で飲んでいた。…… 3名
- 家族がその都度手渡してくれて飲んでいた。…… 0名

薬の飲み忘れはありましたか（数が合わなかった事を含む）。

はい……13名　　いいえ……8名

薬を自分の判断で飲まなかったり減らしたりした事がありますか。

はい……15名　　いいえ……6名

「はい」と答えた方はどうしてですか（複数回答可）。

- 副作用が強かったから。…… 5名

- 副作用が恐かったから。…… 3名
- 病気が良くなったと思ったから。…… 3名
- 薬は出来るだけ飲みたくなかったから。……10名
- 薬が自分の体に合わないと思ったから。…… 2名
- 飲むのが面倒だったから。…… 2名
- 薬についての説明が不十分で不安だったから。…… 2名
- 薬を飲んでも効き目がなかったから。…… 4名
- 薬はすべて体に良くないので飲まない方がいいと思ったから。…… 1名

5．現在薬はその都度看護婦が配っていますが，今後まとめて貰って自分で管理したいと思いますか。

はい……8名　　いいえ……12名

6．薬の飲み方について何か意見がありましたらお書き下さい。

薬が多くて飲みにくい。

下剤が朝飲みたい。

薬が効かん。

何の薬か明記して欲しい。

御協力ありがとうございました。

【資料２】

服薬の自己管理実施後のアンケート結果

今回服薬の自己管理を行って頂きましたが，自己管理を行った感想をお聞きしたいと思います。下記の質問にお答え下さい。

１．服薬の自己管理は大変でしたか。

はい……0名　　いいえ……8名

「はい」と答えた方にお聞きします。

- １日，３日間，１週間と自己管理を行ってもらいましたが，大変だった時期はいつですか。

  該当なし

- 又どの様な点が大変でしたか。具体的にお書き下さい。

  該当なし

２．服薬の自己管理を行ってどう思いましたか。

- 面倒だった。……0名
- 簡単だった。……6名
- 看護婦が配ってくれるのを待たずに飲めるので時間が自由で良かった。……5名
- 自分の薬だという気持ちになった。……2名
- 薬の事を気にするようになり，薬の時間を気にかける習慣がついた。……4名
- 忘れずに飲む習慣がついた。……2名
- 看護婦から束縛されていないという解放感があった。……2名
- 家に帰って飲んでいるような気分になった。……0名
- 薬をなくしてしまいそうで心配だった。……0名
- 薬を飲むことを忘れてしまいそうで不安だった。……0名
- 医師，看護婦に信頼されているような感じがして良かった。……1名
- 看護婦の手間が省けていいと思った。……4名
- 退院しても薬を自分一人で飲めるという自信がついた。……2名

３．服薬の自己管理中に自分の判断で，薬を減らしたり飲まなかったりした事がありますか。

はい……0名　　いいえ……8名

「はい」と答えた方は，それはどうしてですか（複数回答可）

該当なし

4．入院中に服薬の自己管理の練習は必要だと思いますか。

はい……6名　　いいえ……0名　　わからない……2名

「はい」と答えた方は，それはどうしてですか。

- 自分の事だから人任せにしてはいけないと思ったから。……4名
- 退院したら自分で薬を飲まなければいけないと思ったから。……3名
- その他（無回答）……1名

「いいえ」と答えた方は，それはどうしてですか。

該当なし

5．今後も自己管理を続けたいと思いますか。

はい……8名　　いいえ……0名　　どちらでも良い……0名

6．現在どのような気持ちで薬を飲んでいますか。（複数回答可）

- 他の人も薬を飲んでいるから。……0名
- 家族が薬を飲んだ方がいいというから。……0名
- 看護婦が薬を持ってくるから。……0名
- 医師が薬をだしてくれるから。……3名
- 医師，看護婦が薬を飲むように言うから。……0名
- 入院しているから。……1名
- 早く病気を治したいから。……7名
- 不安を和らげたいから。……2名
- イライラを無くしたいから。……2名
- ぐっすり眠りたいから。……3名
- 気分の落ち込みを治したいから。……2名

7．薬を服用することは必要だと思いますか。

はい……5名　　いいえ……0名　　わからない……3名

御協力ありがとうございました。

【資料３】

表１　服薬自己管理実施患者一覧表

	疾患名	年齢	性別	入院期間	備　考
A	う つ 病	76歳	女性	５ヵ月	軽快退院
B	う つ 病	56歳	女性	５ヵ月	軽快退院
C	対人恐怖	20歳	男性	４ヵ月	軽快退院
D	う つ 病	21歳	女性	３ヵ月	不変退院
E	妄想状態	21歳	女性	３ヵ月	入 院 中
F	分 裂 病	25歳	女性	２ヵ月	軽快退院
G	境 界 例	21歳	女性	１ヵ月	軽快退院
H	慢性疼痛	30歳	男性	９ヵ月	入 院 中
I	不安状態	45歳	女性	６ヵ月	軽快退院
J	う つ 病	35歳	男性	２ヵ月	軽快退院

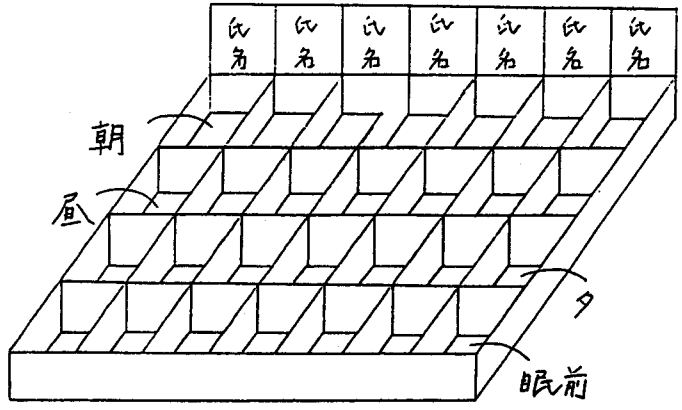

図１　与薬トレイ

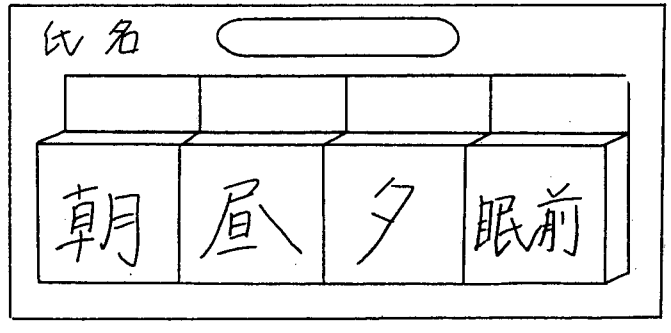

図２　与薬ボード