

化学療法を受けるがん患者の倦怠感の要因

7階西病棟

○ 山下 洋子 松本 由美 中内 千昭 宮地 留美
佐竹 三和 吉田亜紀子 藤原 キミ 藤村 洋子

I. はじめに

全身倦怠感とは肉体的・精神的に感じる自覚症状であり、がん患者にみられる最も頻度の高い症状である。患者は、「だるい」「身のおきどころがない」「疲れやすい」「何もする気が起こらない」等と表現する。「倦怠感」を国語辞典で引くと、「動くのも嫌なほど、だるく感ずること（岩波国語辞典5版、1994）」となっており、広辞苑では、「疲れてだるいこと」と記されている。看護診断（NANDA）では、運動の項でとりあげられている **fatigue** が倦怠感と訳されている。その定義は「抗しがたい、力尽きたという感覚の持続である」とされており、ここでは倦怠感が起こる原因に身体的なものおよび心理・社会的なものも含まれていると考える。

当病棟では血液疾患や呼吸器疾患などで化学療法を受けている患者が多い。なかでも治療中の倦怠感を訴える患者が多いが、その訴えにどのように対処してよいのか困る場面にはしばしば遭遇する。既存のがん患者の倦怠感に関する文献を検討した結果、がん患者の倦怠感には種々の要因が複雑に絡みあって出現すると考えられており、多次元的な側面から関連要因を検討し、それを1つ1つ排除していくことが倦怠感の緩和につながると考えられていた。今回、化学療法を受ける患者を対象に研究を行い、倦怠感に影響する要因について検討したのでここに報告する。

II. 研究方法

1. 研究の対象：7階西病棟に入院中で、化学療法を受けるがん患者10名。
2. データ収集期間：平成12年8月18日～平成12年9月5日
3. データ収集方法

がん患者の倦怠感に関する既存の文献をもとに、半構成的質問紙を作成し、それを用いて面接調査を行った。対象者の選定にあたっては、患者の身体状態や精神状態を十分考慮した上で行った。研究協力の同意を得る際には、文書を用いて研究の内容を説明し、同意書にサインを得た。研究への協力はあくまでも自由意志である事を強調した。患者のプライバシーを保護するため個々に別室で、一人約1時間から1時間30分の面接を行った。

4. データ分析方法

面接にて得られた内容についてKJ法を用いて分析した。

III. 結果

研究協力が得られた患者は10名で、全員が担当医より病名の告知を受けていた。疾患は様々で化学療法の内容も寛解導入・地固め等も様々であった（表1）。

半構成的質問紙を用いた面接により得られたデータについてKJ法を用いて分析した結果、『化学療法に伴う倦怠感』『化学療法中の活動に伴う倦怠感』『化学療法中の精神的要因に伴う倦怠感』『疾患に伴う倦怠感』『倦怠感を緩和させる方法の実践』の5つの大カテゴリーが抽出された（表2）。

表1 対象者10名の概要（*病名告知は全員有り）

年齢・性別	診断名	治療内容
60 F	悪性リンパ腫	前回は入院時CHOP6回、髄注6回、放射線療法40Gy施行。今回地固め療法2コース施行し、今後はPBSCT施行予定。
20 F	悪性リンパ腫再発	DEVIC1コース、EPOCH3コース、放射線療法施行。今後はPBSCT施行予定。
42 F	急性骨髄性白血病	寛解導入療法2コース、地固め療法2コース施行。
70 M	肺がん	H11.2 発症、化学療法2コース、放射線療法60Gy施行。H12.6 胸水貯留にて化学療法2コース施行。
52 F	急性骨髄性白血病	寛解導入療法1コース、地固め療法3コース施行。退院後再発し、2回目の寛解導入療法施行中。
45 M	悪性リンパ腫	トポテシン4コース、DEVIC2コース施行。
50 M	肺がん	化学療法4コース施行。放射線療法は18Gyで副作用が強く中断。
50 M	悪性リンパ腫	EPOCH2コース施行し、今後は放射線療法予定。
43 M	急性骨髄性白血病	寛解導入療法1回施行。
52 F	急性前骨髄性白血病	地固め療法3回施行。

表2 化学療法中のがん患者の倦怠感

大カテゴリー	中カテゴリー	小カテゴリー	
化学療法に伴う倦怠感	点滴後の浮腫に伴った倦怠感の自覚		
	点滴をしているという事実からくる倦怠感の自覚		
	化学療法の副作用と倦怠感との関連の自覚	貧血に伴う倦怠感の自覚	
		貧血状態での動作に伴った倦怠感の自覚	
		熱発に伴う倦怠感の自覚	
		下痢による倦怠感の自覚	
		動悸による倦怠感の自覚	
		頭痛による倦怠感の自覚	
		嘔気による倦怠感の自覚	
便秘による倦怠感の自覚			
副作用と倦怠感との精神的なつながり			
化学療法中の活動に伴う倦怠感	排便動作に伴った倦怠感の自覚		
	十分な睡眠が得られないことからくる倦怠感の自覚		
	こわい夢と倦怠感との関連性の自覚		
	入浴制限に伴った倦怠感の自覚		
	活動制限によるストレスからくる倦怠感の自覚		
	食事動作に伴った倦怠感の自覚		
	筋力低下による倦怠感の自覚		
化学療法中の精神的要因に伴う倦怠感	気分と倦怠感との関連性の自覚		
	精神面と倦怠感との関連性の自覚		
疾患に伴う倦怠感	疾患（白血病）による貧血に関連した倦怠感の自覚		
	痛みに伴った倦怠感の自覚		
倦怠感を緩和させる方法の実践	マッサージによる倦怠感の緩和		
	音楽鑑賞による倦怠感の緩和		
	入浴・清拭による倦怠感の緩和		
	友人との接触による倦怠感の緩和		
	気分のコントロールによる倦怠感の緩和		

『化学療法に伴う倦怠感』とは、点滴治療や化学療法の内容などに直接関連のある倦怠感であり、「点滴後の浮腫に伴った倦怠感の自覚」「点滴をしているという事実からくる倦怠感の自覚」「化学療法に伴う倦怠感の自覚」「点滴をしているという事実からくる倦怠感の自覚」「化学療法中の活動に伴う倦怠感」という中カテゴリーが含まれていた。『化学療法中の活動に伴う倦怠感』とは、化学療法を受ける患者が入院生活の中で感じる倦怠感の事を表しており、「排便動作に伴った倦怠感の自覚」「十分睡眠

眠が得られないことからくる倦怠感の自覚」「こわい夢と倦怠感との関連性の自覚」「入浴制限に伴った倦怠感の自覚」「活動制限によるストレスからくる倦怠感の自覚」「食事動作に伴った倦怠感の自覚」「筋力低下による倦怠感の自覚」という中カテゴリーが含まれていた。

『化学療法中の精神的要因に伴う倦怠感』とは、たとえば（治療とか病気のことではマイナスに考えると体もだるい。しんどい）というように、化学療法中の心の状態と倦怠感との関連を示したものであり、「気分と倦怠感との関連性の自覚」「精神面と倦怠感との関連性の自覚」という中カテゴリーが含まれていた。『疾患に伴う倦怠感』とは、疾患そのものの症状に関連した倦怠感を表したものであり、「疾患（白血病）による貧血に関連した倦怠感の自覚」「痛みに伴った倦怠感の自覚」という中カテゴリーが含まれていた。『倦怠感を緩和させる方法の実践』とは、患者あるいは患者を取り巻く家族・友人・医療者によって実践されている倦怠感の緩和方法の事を表しており、「マッサージによる倦怠感の緩和」「音楽鑑賞による倦怠感の緩和」「入浴・清拭による倦怠感の緩和」「友人との接触による倦怠感の緩和」「気分のコントロールによる倦怠感の緩和」という中カテゴリーが含まれていた。

IV. 考察

本研究で得られた結果に対して、化学療法を受けるがん患者の倦怠感の特徴と、倦怠感に対する看護援助の2つの視点から考察を加える。

1. 化学療法を受けるがん患者の倦怠感

1) 化学療法に伴う倦怠感

本研究の結果として、「点滴後の浮腫に伴った倦怠感の自覚」「点滴をしているという事実からくる倦怠感の自覚」「化学療法中の活動に伴う倦怠感の自覚」など、化学療法に伴う倦怠感に関連したカテゴリーが特徴的であった。化学療法とひとくちにいつても、治療期にある患者に対する化学療法のほかにも、がんの終末期にある患者に対する症状緩和目的の化学療法もある。本研究の対象者は全員が治療期にある患者であり、治療目的で大量に化学療法薬を投与されていたため、副作用も強く輸液量も多かったことから、倦怠感に強い影響を及ぼしていたと考える。

村上ら¹⁾、奥山ら²⁾の文献によると、化学療法はがん患者の倦怠感に影響する要因の一つとしてあげられている。今回の研究では、化学療法のなかでも倦怠感に影響を及ぼす副作用として、骨髄抑制に関連した貧血・

動悸・易感染状態での発熱・下痢・便秘・頭痛・嘔気などが倦怠感に直接影響していると捉えられており、また、輸液による体液量の増加や、点滴がぶら下がっているということからも倦怠感が増強することが分かった。これらはすべて対象者の主観的な捉えであるが、化学療法を受けるがん患者の倦怠感を理解する上では重要な要因であると考えられる。

2) 化学療法中の活動に伴う倦怠感

本研究の結果、化学療法中の生活動作に伴った倦怠感に関連したカテゴリーが抽出された。化学療法中は種々の副作用が生じることによって体力が消耗するため、日常生活を実行するために必要なエネルギーが増加し、このことが倦怠感に影響していたと思われる。たとえば「十分な睡眠が得られないことからくる倦怠感の自覚」というカテゴリーが抽出されたが、睡眠は日常生活で消費されたエネルギーを補給し、心身の活動のエネルギーを蓄積するといった意義を持つといわれており、十分な睡眠が得られないことは、化学療法によって消費されたエネルギーの補給が不十分となり、倦怠感に影響していたと考えられる。また、「食事をしていても目を開けておるのがしんどくて、最初は（目を）開けても開けても目を閉じて食べる」という言葉も聞かれており、化学療法中は生活動作を行うことでの倦怠感が強いといえる。

本研究の対象者には白血病・悪性リンパ腫の患者が含まれていたが、これらの疾患に対する化学療法の特徴として、大量の化学療法薬を用い、副作用の骨髄抑制が顕著に表れる。そのため、易感染や出血傾向が強くなり、安静度が室内やベッド上にまで制限され、患者の生活の質に重要な影響を及ぼしているといえる。このような生活活動の制限は、患者にとってストレスとなり、倦怠感に影響を与えていると考えられる。

3) 化学療法中の精神的要因に伴う倦怠感

「治療をして悪い結果を聞くと気になる。身体も重たい感じがする。一所懸命はねとばす。良くないニュースはだるさにつながる」という患者の言葉にも表れているように、化学療法中の気分や精神的なものは、倦怠感につながっているということがわかった。既存の文献^{3) 4)}においても、倦怠感の要因として「抑うつなどの精神的ストレス」があげられており、倦怠感の要因を身体面だけでなく、精神面からもアセスメントすることが重要であるといえる。血液疾患患者のなかには、外来を受診してその日のうちに入院、告知し、化学療法が開始され、隔離となる場合もある。患者にとっては自分に今起こっていることを受け入れることが難しいような状況でもあり、非常にストレスが強く、このことが倦怠感に強く影響していると考えられる。

また、再発・転移ということもがん患者にとっては特徴的といえるが、本研究の対象者は全員が病名の告知を受けていたことから、ある程度良くない情報も提供されていた。対象者の言葉の中には「治療とか病気のことでマイナスに考えると身体がだるい。しんどい」とあるように、再発・転移の事実を告げられての化学療法を受ける患者にとっては、精神的要因は倦怠感に強く影響していた。

2. 化学療法を受けるがん患者の倦怠感に対する看護

1) 化学療法中の倦怠感のアセスメント

本研究のなかで、化学療法中の倦怠感に関連する要因として、まず化学療法の副作用に伴う倦怠感が大きく影響していることがわかった。副作用の表れ方は個人によって様々であり、また副作用に対する個人の捉え方も様々である。倦怠感をアセスメントする上では、倦怠感の程度を客観的に捉えるとともに、対象者の主観的な体験世界を理解することも重要であるといえる。

また、看護の視点として対象者の生活を捉えることは重要である。本研究の結果として生活動作に伴う倦怠感が抽出されたことから、食事・入浴・排泄・睡眠などの基本的な日常生活動作が、倦怠感にどのように影響しているかをアセスメントすることは重要であるといえる。

2) 化学療法中の倦怠感の緩和

川島⁵⁾は倦怠感の緩和技術として、マッサージや清拭などの看護援助が有効であると述べている。野末⁶⁾らはがん患者の倦怠感に対して、薬物療法だけではなくマッサージや入浴などが必要であると述べ、拓植⁷⁾らは十分な休息や気分転換なども有効であると述べている。本研究の結果、マッサージや音楽鑑賞、友人とのふれあいなど患者は倦怠感を緩和させるために自ら対処していることがわかった。看護援助として、このような患者の対処行動を促進するとともに、対処行動を獲得していない患者に対しても、様々な対処方法を獲得できるように援助していくことが必要と考える。また、緩和要因の中には、看護者が日常援助として提供している入

浴や清拭などが、倦怠感の緩和につながったとの結果がでており、清拭・入浴介助などの看護援助を業務の流れとして提供するのではなく、一つの症状緩和目的と認識して提供することが可能であると考え。また、施行後には、症状が緩和したかどうかアセスメントし評価することで、看護者として患者の症状緩和に主体的に関わっていくことができる。

川島⁸⁾は「病状の段階がいかようであれ、倦怠感を一時的にでも緩和することができれば、その間に何か前向きな発想ができるのではないだろうか。緩和ケアとは、本来そうしたものであり、緩和されている時間の間隔をできるだけ長引かせる工夫が大切である」と述べている。化学療法を受ける患者の倦怠感を緩和させるケアを積極的に行うことが、QOLの向上につながると考える。

V. おわりに

化学療法を受けるがん患者の倦怠感について質的研究を行い、がん化学療法に関連する要因を明らかにすることができた。その結果、化学療法による薬物有害反応に関連したカテゴリーや、生活動作に関連したカテゴリー、倦怠感の緩和に関連したカテゴリーなど、5つの大カテゴリーを抽出することができた。本研究の対象者は10名であり、研究の結果をすべてのがん患者に適用することには限界があるが、本研究で得られた結果を看護実践に活用していきたいと考える。また、今回得られた結果の中で、化学療法を受ける患者は様々な方法で倦怠感に対処していることがわかったので、今後は倦怠感を緩和させる要因についてさらに研究を深めていくことができると考える。

引用・参考文献

- 1) 村上圀男他：倦怠感の原因とメカニズム，がん看護，4 (4)，289 - 291，1999.
- 2) 奥山徹他：がん患者の倦怠感とはどのようなものか，エキスパートナース，14 (7)，36 - 47，1998.
- 3) 前野宏：がん患者の症状コントロール，臨床看護，22 (13)，1874 - 1879，1996.
- 4) 恒藤暁：身体的苦痛の緩和 全身倦怠感，最新緩和医療学，74 - 82，最新医学社，1999.
- 5) 川島みどり：倦怠感を緩和させる技術—循環刺激の効果①経験的知識，ナーシングトゥデイ，10 (8)，34 - 37，1995.
- 6) 野末法子他：末期癌患者の倦怠感緩和とQOL拡大をめざして，エキスパートナース14 (7)，40 - 43，1998.
- 7) 拓植尚子：全身倦怠感をやわらげる；倦怠感に対して、看護は何ができるのか，エキスパートナース，14 (7)，44 - 47，1998.
- 8) 川島みどり：事例を通して学ぶ倦怠感の緩和ケア，がん看護，4 (4)，300 - 303，1999.
- 9) 橋本信也：症状から見た病態生理学，エキスパートナース，13 (2)，90 - 95，1997.
- 10) 大堀知映：活動体勢の低下した患者の看護 再生不良性貧血で倦怠感を訴える患者の看護，看護技術，44 (9)，942 - 946，1998.
- 11) 菱沼典子：倦怠感を緩和させる技術—循環刺激の効果②アンケート調査から，ナーシングトゥデイ，10 (9)，32 - 35，1995.