

# AMCoR

Asahikawa Medical University Repository <http://amcor.asahikawa-med.ac.jp/>

看護研究集録(2017.9) 平成28年度:3-5.

壮年期にある婦人科がんの患者が日常生活の中で行っているリンパ浮腫のセルフケアの実態

村上 舞, 小関 詩織, 熊谷 文香, 近藤 沙緒理

## 壮年期にある婦人科がんの患者が日常生活の中で行っている

### リンパ浮腫のセルフケアの実態

旭川医科大学病院 5階東ナースステーション  
○村上舞 小関詩織 熊谷文香 近藤沙緒理

#### 【はじめに】

A 病院では、婦人科悪性腫瘍でリンパ節郭清を施行している患者にリンパ浮腫のセルフケアの指導を行っている。しかし、婦人科がんの好発時期は壮年期世代であり、家事や育児を優先しセルフケアを行うことが困難となったケースもあった。そこで、実際に患者がセルフケアをどのように行っているのかを理解することで、生活に取り込みやすい指導ができると考え、結果を報告する。

#### 【目的】

壮年期にある婦人科がん患者のリンパ浮腫のセルフケアに対する看護介入の示唆を得る。

#### 【方法】

1. 研究期間：平成27年9月～12月
2. 研究方法：独自に作成した日常生活とリンパ浮腫のセルフケアに関する無記名自記式のアンケート調査を実施し自由記載内容から質的帰納的に分析した。
3. 研究対象：30歳代から50歳代の婦人科腫瘍手術でリンパ廓清術を施行後3か月以上経過し、過去にリンパ浮腫を発症した事がある、あるいは現在リンパ浮腫の症状がある患者入院患者8名。

#### 【倫理的配慮】

研究者が所属する倫理委員会の承認を得て行った。

#### 【結果】

アンケート回収率は100%であった。リンパ浮腫の程度は、Ⅰ期の浮腫が6名、Ⅱ期の浮腫が2名であった。家事を行っている人は7名、育児を行っている人は1名、仕事を行っている人は2名であった。日常生活に支障をきたしていると感じている人は5名であった。リンパ浮腫によって支障を感じている日常生活動作は、長時間の歩行や調理・洗濯などであった。また、マッサージ、下肢挙上、保湿剤塗布などリンパ浮腫のセルフケアをしている人

は7名であり、そのうち効果を実感している人は6名であった。その反面、子どもが小さいため世話をしないといけない、自営業のため手伝わないといけない、などリンパ浮腫のセルフケアを行うことに対し困難も感じていた。

#### 【考察】

リンパ浮腫のセルフケアを行うことに対し困難を感じながらも日常生活に休息やマッサージなどのセルフケアを取り入れ、意識を持って実践している患者が多いことがわかった。壮年期の患者はリンパ浮腫を抱えながらも家事や育児・仕事など日常生活においての役割を行わなければならない。その役割を遂行できないことは quality of life (生活の質、以下 QOL) を低下させている可能性がある。QOL を低下させないために、患者の役割や生活の状況・日中の活動量を情報収集し日常生活に合ったリンパ浮腫のセルフケアについて話し合うことが重要であると考えた。また、セルフケア方法はテレビ等から得た知識や自己流で実施しているなど不適切な方法で行っている可能性も考えられた。そのため、退院時指導だけでなく、退院後も外来受診時などにセルフケア方法を振り返り適切に行われているか確認し、情報提供していくことが必要ではないかと考える。

#### 【結論】

1. リンパ浮腫のセルフケアを困難と感じている患者も活動と休息のバランスを自己でコントロールしていた。
2. 壮年期世代の役割や生活の状況を理解し、長期的に継続できるような患者に合った指導をしていく必要がある。
3. リンパ浮腫のセルフケア方法や日常生活を定期的に振り返り適宜情報提供・指導していくことが必要である。

## 壮年期にある婦人科がんの患者が日常生活の中で行っているリンパ浮腫のセルフケアの実態

旭川医科大学病院5階東ナーステーション  
村上舞、熊谷文香、小関詩織、近藤沙緒理

### はじめに

A病院B病棟では、婦人科悪性腫瘍（子宮頸癌、子宮体癌、卵巣癌）でリンパ節郭清を施行している患者にリンパ浮腫のセルフケアの指導を行っている。

婦人科悪性腫瘍の好発時期は壮年期であり、家事・育児を担う患者が多いため、壮年期にある婦人科悪性腫瘍の患者が日常生活の中で行っているリンパ浮腫のセルフケアの実態について明らかにしたいと考えた。

### 研究目的

壮年期にある婦人科悪性腫瘍の患者が日常生活の中で実践しているリンパ浮腫のセルフケアの実態について明らかにし、リンパ浮腫のセルフケアに対する看護介入の示唆を得る。

### 研究方法

- 研究期間：平成27年9月～12月
- 研究方法：無記名自記式のアンケート調査（アンケートは参照）。A病院B病棟に化学療法で入院中の患者に依頼した。
- 対象者の選定：婦人科悪性腫瘍手術でリンパ節郭清を施行し、リンパ浮腫を罹患した事のある患者。そのうち、30歳代から50歳代で家事・育児などを担っている患者を対象とした。体調不良、精神的疾患、発達遅滞の患者、病期がIVa期以上の患者は除外した。
- データ分析方法：自由記載内容から質的帰納的に分析した。

### 倫理的配慮

研究者の所属する施設の倫理委員会の承認を得た。

#### 「壮年期にある婦人科がんの患者が日常生活の中でリンパ浮腫ケアのためにとっている行動とその理由」に関するアンケート

以下の質問に関して当てはまる箇所一つに○をつけてください。口には自由記載して下さい。

1. 年齢 30代・40代・50代・60代

2. 術後年数 半年以内・半年から1年以内・1年から3年以内  
3年から5年以内・5年以上

3. 現在リンパ浮腫を発生していますか はいいいえ

4. 過去にリンパ浮腫を発生した事がありますか はいいいえ

5. 3・4で「はい」と答えた方に質問します。

①むくみはどの程度でしたか  
a. 1期 押して痕が残らない  
b. Ⅱ期 押して痕が残る  
c. Ⅲ期 むくみが強く、押してもへこまない

②むくみの起こった場所はどこですか  
a. 太もも b. ふくらはぎ c. 足全体 d. 陰部 e. その他( )

②リンパ浮腫によって日常生活で支障をうけていますか

はいいいえ

③リンパ浮腫によって支障を受けている具体的な日常生活動作は何ですか。

6. 生活についての質問をします。

①家事を行っていますか はいいいえ

②育児を行っていますか はいいいえ

③仕事をしていますか はいいいえ

7. リンパ浮腫が発生した時、リンパ浮腫ケアを行っていましたか

はいいいえ

8. 7で「はい」と答えた方

①どのようなリンパ浮腫ケアを行っていましたか。  
また、家事・育児・仕事を行っている方は、日常生活にリンパ浮腫ケアをどのように取り入れていましたか。できるだけ詳細にお答えください。

②リンパ浮腫ケアを行ったことで浮腫が軽減した、悪化しなくなったなど、効果を得る事はできましたか。

はいいいえ

③家事、育児、仕事を行いながらリンパ浮腫ケアを行うことに対し、困難を感じたことはありませんか。それほどの理由ですか。できるだけ詳細にお答えください。

9. 7で、「はい」と答えた方

リンパ浮腫予防行動を行っていなかった理由は何ですか。

### 結果 (アンケート回収率100% n=8)

#### 【年齢】

30代	1名
40代	1名
50代	6名

#### 【術後年数】

半年以内	5名
半年～1年以内	1名
3～5年	1名
5年以上	1名

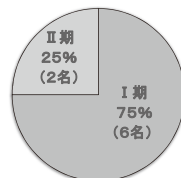


図1. リンパ浮腫の程度

### リンパ浮腫によって支障を受けている日常生活動作

- 長時間の歩行ができない
- 調理・洗濯などの立ち仕事を長時間出来ない
- 犬の散歩や買い物で浮腫が出現する
- 立ち仕事のため以前のように仕事ができない

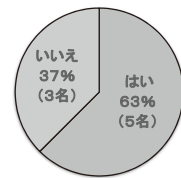


図2. 日常生活に支障をきたしている人数

### 日常生活で取り入れているリンパ浮腫のセルフケア

- ・ マッサージをしている
- ・ 下肢挙上をしている
- ・ 保温剤を塗布している
- ・ 長距離は歩かないようにする

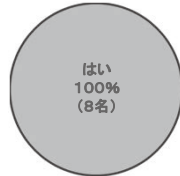


図3. リンパ浮腫のセルフケアを行っている人数

### リンパ浮腫のセルフケアを行うことに困難と感じた事

- ・ 小さな子供の世話をしないと  
いけない
- ・ 自営業のため手伝わないと  
いけない
- ・ 調子が良いとオーバーワーク  
になってしまう
- ・ 調子が悪いとケアを怠りがち  
になる

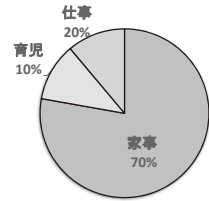


図4. 日常生活における役割  
(複数回答)

### 考察

#### 日常生活動作

- ・長時間の歩行や座位ができない
- ・足の爪が切りにくい
- ・下着がきつく履きにくい

#### 家事・育児・仕事

- ・長時間の立ち仕事で  
疲れてしまう

↓ ↓

QOLを低下させる可能性がある

↓

QOLを低下させないようにするために、日常生活とリンパ浮腫の症状との関係を捉え、どのような時に支障をきたすのかを理解していく必要がある。

すべての人がリンパ浮腫のセルフケアを行っている

- ・TV・雑誌から知識を得ている
- ・自己流でセルフケアしている

↓

誤った知識を得たり、適切ではない方法でセルフケアを行っている可能性がある

↓

リンパ浮腫のセルフケア方法や日常生活を振り返り、定期的に情報提供・指導していく必要がある

リンパ浮腫のセルフケア  
に対し困難と感じている

- ・趣味をしていたが習うのをやめた
- ・子どもが小さいため  
世話をしないといけない
- ・自営業のため手伝わないといけない
- ・調子が悪いとケアを怠りがちになる

日常生活にリンパ浮腫の  
セルフケアを取り入れている

- ・長距離を歩かないようにする
- ・長時間立ち続けられないようにする

↓ ↓

患者の役割や生活の状況・日中の活動量を情報収集し、日常生活にあったリンパ浮腫のセルフケアについて話し合うことが必要である

### 結論

1. リンパ浮腫のセルフケアを困難と感じている患者もいるが、活動と休息のバランスを自己でコントロールしていた。
2. 壮年期世代の役割や生活の状況を理解し、長期的に継続できるような患者に合った指導をしていく必要がある。
3. リンパ浮腫のセルフケア方法や日常生活を定期的に振り返り、適宜情報提供・指導していくことが必要である。