

緩和ケアにおけるリハビリテーションの意義について

滋賀県リハビリテーションセンター

○ 乙川 亮、 竹村 壮司 川上 寿一 松本 美穂子 堀 泰祐

がんは進行とともに、身体的障害が生じ、ADL (Activities of Daily Living) に制限をきたし、さらには QOL (Quality of Life) の低下にまで及ぶため、緩和ケアでのリハビリテーション（以下、リハビリ）は、できる限りの身体機能や生活能力の改善をはかり、QOL を維持できるように働きかけることが重要である。

現在、緩和ケア病棟におけるリハビリは包括医療で算定できないなどの課題もあり、入院中の訓練も重要とは言われているものの、多くの病院で行われていないのが実状である。

しかし、緩和ケアやリハビリ関連の学会や研修会などで、がんのリハビリ、緩和期のリハビリが提唱され、様々な活動が報告されるようになり認知度は徐々に上昇している。

また、認知度の上昇とともに緩和ケア病棟でのリハビリも行われる施設が徐々に増加してきており、その取組みや意義について、また、他職種からセラピストへの期待などについて書かれた文献などを目にする機会も増えた。

緩和ケアは身体的・精神的・社会的・スピリチュアルの苦痛を取り除くという観点のもとに成り立っており、患者のニーズにできるだけ即したものを提供することが重要であり、QOL 向上のためには患者、その家族の意見や想いを聞くことは、リハビリを行う上でも当然のことである。

上記の観点から今回、A病院緩和ケア病棟で入院中にリハビリを受けておられた対象者の遺族、現在リハビリを受けている対象者、およびその家族の方々にリハビリについて印象や思いについてアンケート調査を実施した。

その結果について考察を加え報告する。

【はじめに】

緩和ケアについて、世界保健機構は (WHO) は、「生命を脅かす疾患による問題に直面する患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的、心理的、社会的な問題、さらにスピリチュアル (宗教的、哲学的なこころや精神、霊魂、魂) な問題を早期に発見し、的確な評価と処置を行うことによって、苦痛を予防したり和らげることで、QOL (人生の質、生活の質) を改善する行為である」と提示している (2002 年)

そこでわが国では、緩和医療におけるリハビリテーション (以下、リハビリ) の目的として「余命の長さにかかわらず、患者とその家族の要求 (demands) を十分に把握したうえで、その時期における ADL を維持、改善させることにより、できる限り可能な最高の QOL を実現するべく関わること」としている。(目的を出している団体名があれば…)

そのためには、患者・その家族から希望・要求を十分に聞き取り、身体面、精神・心理面からアプローチしなければならない。しかし、患者やその家族からリハビリがどのような存在であるかを実際に聞き取った報告は少ない。

今回、患者、その家族にリハビリが与えた影響について記述式アンケート調査を実施し、緩和医療でのリハビリの役割と存在意義について考えるための一助とするため本研究を実施した。

【疫学】

生涯でがん罹患する確率は男女ともにおおむね 2 人に 1 人 (男性 54%、女性 41%) となっており、がんで死亡する確率は男性で 4 人に 1 人、女性は 6 人に 1 人 (男性 26%、女性 16%) (国立がんセンター 2005 年のデータに基づく) と言われている。

最期の場所を自宅と希望している方が 80% に達しているが、現実、自宅で過ごせると考えている人は 18% しかおらず、実際、自宅で亡くなったのは 2010 年で 12.6% にすぎない状況である。つまり約 80% の人が病院で亡くなっている現状がある

【調査概要】

- ・調査対象：①平成 18 年 4 月以降 A 病院緩和ケア病棟を退院された、リハビリを受けた経験のある 206 名の患者の遺族
②平成 25 年 2 月 11 日現在緩和ケア病棟に入院し、リハビリを受けている患者
③平成 25 年 2 月 11 日現在緩和ケア病棟に入院し、リハビリを受けている患者の家族
- ・標本数 ① 206 名 ② 3 名 ③ 4 名
- ・調査方法：質問票におけるアンケート調査（①郵送調査法・②③置きとめ法）

【結果】

アンケート回収率 ①－21% ②－38% ③－50%

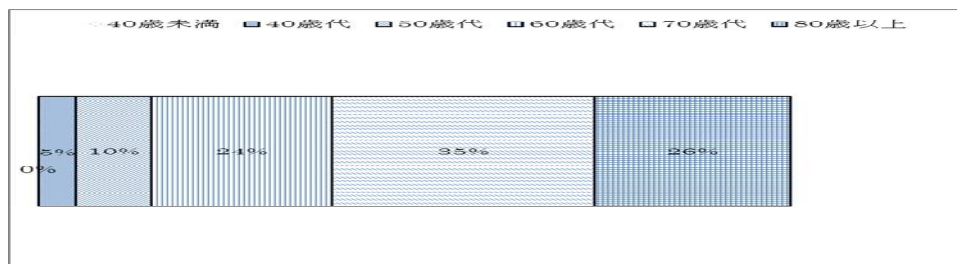
1. 遺族の方のアンケート結果

《リハビリを受けられていた方（以下、ご本人さん）に関する質問》

（1） ご本人さんの性別をお聞かせください。

女性 43.0% 男性 57.0%

（2） 当時のご本人さんの年齢をお聞かせください。



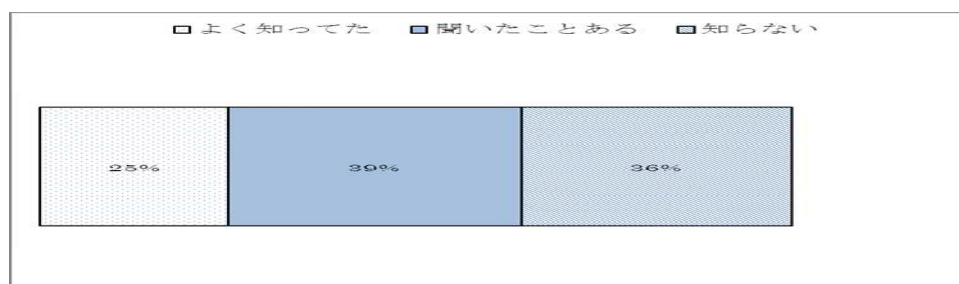
（3） リハビリを受けられた期間は何ヶ月ですか？



《リハビリについての質問》

【リハビリ施行前の印象】

（1） 緩和ケア病棟でリハビリが実施されていたことはご存知でしたか？



(2) リハビリを受けるにあたってどのような印象をお持ちでしたか？
(複数回答可) (上位 5 つ)

1 気持ちが前向きになるのではないか。	13%
2 さみしさの解消になるのではないか。	10%
3 人とのつながりができるのではないか。	9%
3 楽しみの 1 つになるのではないか。	9%
5 何をするのか期待があった。	6%

(3) リハビリに期待されていたものは何でしたか。(複数回答可) (上位 5 つ)

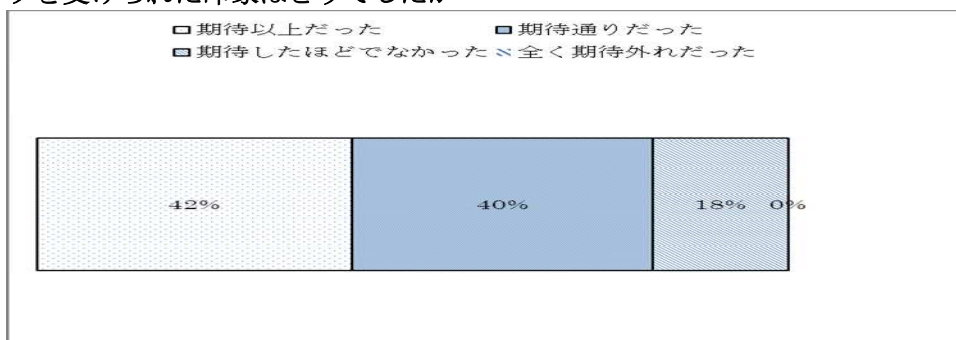
1 筋力低下防止や関節が固くならないよう廃用症候群予防	18%
2 マッサージ	13%
3 精神的サポート	12%
3 トイレ動作や車いすに移る、歩くなどの日常動作訓練	12%
3 手足・体幹の運動	12%

(4) リハビリで実施されたものは何でしたか。(複数回答可) (上位 5 つ)

1 筋力低下防止や関節が固くならないよう廃用症候群予防	21%
2 手足・体幹の運動	17%
3 マッサージ	13%
4 起き上がったり座ったりなどの基本動作訓練	12%
5 トイレ動作や車いすに移る、歩くなどの日常動作訓練	11%

【リハビリ開始後の印象】

(1) リハビリを受けられた印象はどうでしたか



(2) リハビリを受けられることにより、生活にどのような変化がありましたか？
(複数回答可) (上位 5 つ)

1 精神的によくなった。	20%
2 苦痛に対する訴えが減った。	12%
3 会話が增えた。	9%
4 介護負担が減った。	8%
5 自分で身の回りのことをしようとする意欲が出てきた。	6%
5 体調がよくなった。	6%
5 身体機能が良くなった。	6%
5 一時帰宅、退院の話題が出た。	6%

《リハビリに対する満足度》

(1) リハビリに対するあなたの満足度をお教えてください。

(訓練・対応などについて全般的な観点からお答えください)



(2) その理由をお聞かせください。(自由記載)

満足・やや満足と回答した理由として88%が精神的な面の支えになったことに満足しているといった内容であった。

内容抜粋)

- ・本人の気分転換が図れ、前向きになった。
- ・本人の病気に対する気持ちも変わり少しは落ち着いていたと思います。痛みや体調の急変の不安がなくなった。
- ・毎日のリハビリを楽しみにしており余命を一時的に忘れることができたと思われま。

(3) リハビリはどのような存在でしたか。(複数回答可)

82%が必要もしくは身近な存在に感じており、うち92%精神面での必要性、存在を感じている。

内容抜粋)

- ・希望となる存在とても信頼できる存在。
- ・とても身近な存在でいろいろリハビリの先生方のお話をきいたりするのが楽しかった。
- ・生きていこうとする力。
- ・その時間はがっちり命を包み込んでくれているという存在。
- ・待ちかねる時間であり、曜日でした。

(4) リハビリ療法士はどのような存在でしたか。(複数回答可)

80%が必要もしくは身近な存在に感じており、全員が精神面での必要性、存在を感じている。

内容抜粋)

- ・とても大切な身近な存在でした。付添の人の心もリハビリしていただくようリハビリの時間を待ちました。いい先生方ばかりで本人、付添のものにありがたいことでした。
- ・リハビリの時間が生活の中に組み込まれ、話題も広がった。
- ・「観音様」と呼んでいてずいぶんとありがたい存在と感じていたようです。
- ・表情から3歳児が親を見て安心しているというような顔でいられる時間でした。
- ・心の支え 感謝 生きることを前向きに捉えられる。

(5) リハビリを受けて、良かったと感じられる点をお教えてください。(自由記載)

82%が精神面の支えになってよかったと回答している。

内容抜粋)

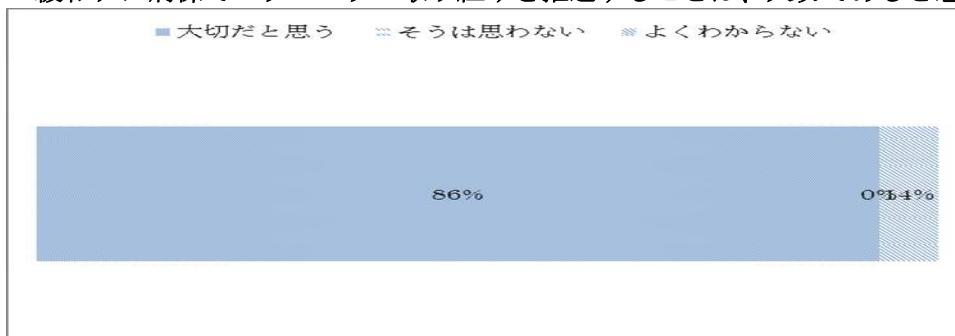
- ・本人が明るくなった。
- ・がんばろうという意志がでていた。
- ・患者・家族両方が1番ホッとできる時間でした。
- ・本人がどう感じていたか知る由もないが、介護している人間にとっては気持ちが落ち着いた。

(6) リハビリを受けて、改善すべきと感じた点をお教えてください。(自由記載)

内容抜粋)

- ・現状でよい。
- ・介護者とのコミュニケーションがありますとリハビリの内容も良く把握ができ、更によかった。
- ・少し強いように思いました。
- ・3人の先生にさせていただきましたが同じでなかった。

(7) 緩和ケア病棟でのリハビリの取り組みを推進することは、大切だと思いますか？



《これからの緩和ケアでのリハビリの取組みについて》

(1) 緩和ケアでのリハビリの役割で、特にどのようなことが大切だと思いますか。

患者・家族本位のものであること、精神的な支えであることの意見が多かった。

内容抜粋)

- ・大切な治療で日々体を動かして元気になれると本人を思わして下さること。
リハビリの治療だと元気になれると本人が信じきっている。
- ・患者の状態に応じた本人が楽しめるリハビリが必要
- ・患者に希望を与える。
- ・精神的サポートは患者にとっても大変に大切だと思います。本人が直そうという意欲が出てきます。

(2) 緩和ケアでのリハビリの取組みについて、療法士に何を期待しますか。

60%が精神的な支持としての役割を期待している。

内容抜粋)

- ・優しい言葉、楽しい時間。
- ・患者さんの安楽感をもたせていくかわり、安心感。
- ・心の関わりが大事だと思います。
- ・人としての接し方。
- ・諸々の機能訓練も大切、精神的リハビリも大切。

2. 現在入院中の方へのアンケート結果

《リハビリを受けられている方（以下、ご本人さん）に関する質問》

(1) ご本人さんの性別をお聞かせください。

女性 67.0% 男性 33.0%

(2) ご本人さんの年齢をお聞かせください。

平均 75 歳

(3) リハビリを受けられて何ヶ月経過しますか？

1ヶ月以内 3名 3～4ヶ月 1名

《リハビリについての質問》

【リハビリ施行前の印象】

(1) 緩和ケア病棟でリハビリが実施されることはご存知でしたか？

知らなかった2名 無記入2名

(2) リハビリを受けるにあたってどのような印象をお持ちでしたか？（複数回答可）

歩いたり、トイレに行く動作など機能・能力が維持できるのではないかと 1名

少しでも体力低下を抑制することにならないかと。 1名

気分転換 1名

生活リズムの改善 1名

(3) リハビリの訓練に期待されていたものは何でしたか。（複数回答可）

機能訓練 1名 廃用予防 1名 あまり期待していなかった 1名

(4) リハビリの訓練で実施されているものは何ですか。（複数回答可）

機能訓練 1名 廃用予防 1名

【リハビリ開始後の印象】

(1) リハビリを受けられてどうですか？

期待通り 1名 無記入 1名

(2) リハビリを受けたことにより、生活にどのような変化がありますか？（複数回答可）

現段階では特筆すべきことがない。 1名 無記入 3名

《リハビリに対する満足度》

(1) リハビリに対するあなたの満足度をお教えてください。

(訓練・対応などについて全般的な観点からお答えください)

やや満足 2名 無記入 2名

(2) その理由をお聞かせください。（自由記載）

熱心にご指導いただき誠意を感じた。

(3) リハビリはどのような存在ですか。(複数回答可)

特に意識しない存在 1 名 何か力があると思う 1 名 無記載 2 名

(4) リハビリ療法士はどのような存在ですか。(複数回答可)

特に意識しない 1 名 無記入 3 名

(5) リハビリを受けて、良かったと感じる点をお教えてください。(自由記載)

手足や体幹の運動を学んだ。あとはどれだけ続行できるか自分自身の問題か。
まだ数回なのでよくわからないとの回答が得られた。

(6) リハビリを受けて、改善すべきと感じる点をお教えてください。(自由記載)

無記入 4 名

3. 現在入院中の方の家族へのアンケート結果

《ご本人さんに付き添われている方(以下、介護者)に関する質問》

(1) 性別をお聞かせください。

女性 50.0% 男性 50.0%

(2) 年齢をお聞かせください。

平均 58 歳

(3) 日常、主に介護されていた方の性別をお聞かせください。

女性 50.0% 男性 50.0%

(4) 日常、主に介護されていた方はどなたですか。(〇は一つだけ)

配偶者 1 名 子ども 2 名 その他の親族 1 名

(5) 介護者は当時、平均どの程度の頻度で付添されましたか?

毎日 4 名(全例)

(6) 付き添われていた時間は、1 回につき平均どの程度でしたか?

～1 時間 1 名 ～12 時間 2 名 ～24 時間 1 名

《リハビリについての質問》

【リハビリ施行前の印象】

(1) 緩和ケア病棟でリハビリが実施されていたことはご存知でしたか?

よく知っていた。

2 名

聞いたことはあるが、内容はよくわからなかった。

1 名

知らなかった。

1 名

- (2) リハビリを受けるにあたってどのような印象をお持ちでしたか？（複数回答可）
- 楽しみの1つになるのではないか。 2名
 - さみしさの解消になるのではないか。 1名
 - 気持ちが前向きになるのではないか。 1名
 - 気分転換になるのではないか。 1名
 - 人とのつながりができるのではないか。 2名
- (3) リハビリの訓練に期待されていたものは何でしたか。（複数回答可）
- 手足・体幹の運動 1名
 - 筋力低下防止や関節が固くならないよう廃用症候群予防 1名
 - マッサージ 1名
 - 思考力や記憶力などを改善する高次脳機能障害・認知症訓練 1名
 - 精神的サポート 1名
 - 家族関係等の調整 1名
- (4) リハビリの訓練で実施されたものは何でしたか。（複数回答可）
- 手足・体幹の運動 1名
 - 食べたり、飲み込んだりの摂食・嚥下訓練 1名
 - マッサージ 2名
 - コミュニケーション訓練 1名
 - 精神的サポート 1名

【リハビリ開始後の印象】

- (1) リハビリは期待どおりでしたか？
- 期待以上だった 1名 期待通りだった 1名 無記入 2名
- (2) リハビリを受けたことにより、生活にどのような変化がありましたか？（複数回答可）
- 精神的によくなった。 1名
 - 苦痛に対する訴えが減った。 1名
 - 体調がよくなった。 1名
 - 身体機能が良くなった。 1名
 - 会話が増えた。 2名
 - 自分で身の回りのことをしようとする意欲が出てきた。 2名
 - 自分で身の回りのことができるようになった。 1名
 - 一時帰宅、退院の話題が出た。 1名
 - その他 1名

《リハビリに対する満足度》

- (1) リハビリに対するあなたの満足度をお教えてください。
（訓練・対応などについて全般的な観点からお答えください）
- 満足 3名 やや満足 1名
- (2) その理由をお聞かせください。（自由記載）
- 本人が気持ちよくなっているのを見るのはうれしい事です。
本人に告知はしておりませんので、リハビリすることによって、
生きる事への意欲がある。

(3) リハビリはどのような存在でしたか。(複数回答可)

身近な存在 2名 優しい 1名 無記入 1名

(4) リハビリ療法士はどのような存在でしたか。(複数回答可)

身近な存在 1名 特に意識していない存在 1名 無記名 2名

(5) リハビリを受けて、良かったと感じられる点をお教えてください。(自由記載)

本人が楽しみにしているのよかったですと思います。

生きよう、病気を治そう、動こうという意欲。

本人の意欲が出てきた。

皆さんが優しい。

(6) リハビリを受けて、改善すべきと感じた点をお教えてください。(自由記載)

無記入 4名

(7) 緩和ケア病棟でのリハビリの取り組みを推進することは、大切であると思いますか？

大切だと思う 2名 無記入 2名

【考察】

緩和ケアにおいての患者の支援については精神的支援が重要であることは、緩和ケアに関する書籍や雑誌などで唱えられており、リハビリも例外ではないが、今回のアンケートで概念ではなく、より実感として証明されたと思われる。

余命数ヶ月と宣告され、何らかの事情で入院という形を取らざるを得ない状況の中で、アンケートの結果では、静かに余生を暮らしたい方もいらっしゃるが、リハビリを提供している患者・家族の大半は20分なり40分という一日の中ではわずかな時間ではあるが、リハビリをすることやセラピストが病室に訪床すること自体を楽しみにしており、訓練に希望を持ち、実施することすべてが精神的な支えにつながっているという結果から、終末期におけるリハビリがQOLの向上に大変重要な役割を担っていることを認識しなければならない。

また、その内容に関しても身体的な接触から、創作的な活動、気分転換を図るような散歩など、さらには患者・その家族との雑談まで多岐にわたっているが、患者その家族にとってはセラピストと行うことすべてが精神的な支えにつながっていることがうかがえる。

この点からリハビリやセラピストに求められるものは、身体・精神機能面・苦痛を取り除くという訓練・治療的な側面からの支持者であり、存在自体が精神的な支持者であることがいえる。

そのために必要とされるセラピストの技量としては、リハビリの訓練目標が機能改善や維持・活動の維持・拡大を目指している方に接する時以上に、コミュニケーション力、さらにはセラピストと患者関係を基に、人間対人間の関係、さらにはセラピストの人間性が重要になってくるところに着目しなければならない。

このような総合的な観点からの訓練を行い、関係性築くことが、前向きな行動や発言につながりQOLの高い生活を送ることができるものと思われる。また、患者・家族に安堵感・安心感を与え必要な存在となり、よりよい最期を迎えるために生き抜くためのパートナーとして受け入れられることにつながるものと思われる。

今回に結果から、患者・家族にとって緩和ケア病棟におけるリハビリは直接的な精神面のアプローチ以外にも、身体的な接触が患者や家族の精神的支援につながっており、安心感・安堵感を与えるには、十分に有益であることがうかがえた。

参考文献1) 辻 哲也：知っておきたいがんのリハビリテーション. 週刊医学界新聞：第2869号, 2010

2) 辻 哲也：がんのリハビリテーションマニュアル, pp254-339, 2011