

氏名	武田 啓子 (学籍番号 10D009)
学位の種類	博士 (看護学)
学位記番号	第 9 号
学位授与年月日	2013 年 3 月 12 日

論文題目 看護師の腰痛予防に効果的な姿勢認知教育プログラムの開発

論文審査担当者	委員長	大城 昌平	教授
	委員	宮前 珠子	教授
	委員	市江 和子	教授
	委員	木下 幸代	教授
	委員	渡邊 順子	教授

論文要旨

〔研究背景と意義〕看護師の腰痛発症率は理学療法士など他職種よりも多く、腰痛有訴率も 52.6-91.9%と高い。看護学教育では腰痛予防について、ボディメカニクスに関する教育を 40 年以上実施されているが、腰痛問題は解決困難な状況である。英国 (Agency for Health Care Policy and Research, 2001) などの腰痛診療ガイドラインでは腰痛疾患は心理・社会的要因が深く関与しているため病態把握を「生物学的損傷」から「生物・心理・社会的疼痛症候群」としている。最近の調査では看護師の腰痛について、身体的姿勢とともに心理・社会的な姿勢を捉える必要性が高まっており、身体的・心理的・社会的要因へ対応した看護師の腰痛予防に効果的な姿勢認知教育プログラムを開発する意義は大きい。

〔目的〕看護師の腰痛発症率は高く、看護師の腰痛予防に効果的な姿勢認知教育プログラムを開発する意義は大きい。本研究は看護師の腰痛要因を分析し、その結果を基にした身体・心理・社会的姿勢認知を取り入れた腰痛予防に効果的な姿勢認知教育プログラムを開発し、その効果を検証した。

〔方法〕Chris J Main ら (2002) の「生物・心理・社会的疼痛症候群モデル」を基本に概念枠組みを構成し、予備調査、第 1~3 研究およびパイロット調査結果を実施し、階層的認知モデルを取り入れた姿勢認知教育プログラム ver. 2.0 を開発した。プログラムは腰痛の捉え方を変容する知識編と、身体・心理・社会的姿勢への腰痛改善・予防に向けた実践編から構成した。本調査は仮説検証型デザインとし、プログラム介入前後の腰痛の状態 (VAS: Visual analog scale) の変化量をアウトカムの指標として有用性を検討した。対象者は腰痛の発症率が最も高い卒後 1 年目と就業割合の高い群の中央値である卒後 5 年目の 4 年制看護系大学を卒業した女性看護師であった。介入期間は 2 週間とし実施前中後に腰痛に関する質問紙調査を行った。腰痛など介入前後の項目については統計学的解析を、コラム法記載内容については KH Coder を用いて内容分析を行った。

〔結果〕対象者は 60 名 (回収率 21.0%)、1 年目 31 名 (51.7%)、5 年目 29 名 (48.3%) であった。プログラム介入後、1 年目の 3MC 群 (腰痛の要因を身体的姿勢認知 (meta-cognition of physical

posture; MCPPE), 心理的姿勢認知(meta-Cognition of psychological attitude; MCPA), 社会的姿勢認知(meta-cognition of social attitude; MCSA)と統合的に認知している群)は25.8ポイント増加し51.6%に、5年目は24.2ポイント増加し48.3%と2倍になり、腰痛を示すVAS値が減少し腰痛が改善される傾向を示した。1年目の3MCでない群は、腰痛と身体的姿勢に関する項目と関連したが、3MC群は腰痛と身体的姿勢との関連はなく、介入後に質問紙調査の18項目が有意に増加し適切な姿勢になることを示した。5年目は腰痛と身体的姿勢との関連はなくストレスなどと関連し、心理的姿勢を認知することで気分転換に関する項目が有意に増加した。またコラム法の抽出語から、介入後は介入前と比べてポジティブな姿勢認知を示した。

[考察]従来の生物学的損傷モデルとして腰痛を捉える看護師が少なくない。身体的姿勢について、1年目はメタ認知的知識に基づき自己調整できるよう試行錯誤している段階であり、5年目は経験からメタ認知的活動とし自己評価、調整することで腰痛との関連がなかったと考えられた。プログラムの知識編にて、腰痛の発症における身体的・心理的・社会的姿勢のメタ認知的知識を育むことで、3MC群は気分転換など対処行動としてメタ認知的活動も育まれた。さらに階層的認知モデルに基づくコラム法を用いたことで姿勢認知を高めたと考えられた。姿勢認知とは姿勢に対するメタ認知であり、腰痛と各姿勢との関連をメタ認知的知識とすることが腰痛改善の第1歩になることが示された。

[結論]①看護師は腰痛を生物学的損傷モデルとして捉えている。②腰痛要因について1年目は身体・心理・社会的姿勢、5年目は心理・社会的姿勢と異なる。③メタ認知的知識として腰痛を生物・心理・社会的疼痛症候群へと捉えなおすことにより、対処行動も変容し腰痛が改善する。④1年目は身体的姿勢に対してメタ認知的知識に基づき試行錯誤の段階であり、5年目よりも介入効果は高く早期介入による効果を得やすい。⑤5年目は経験を重ねることにより身体的姿勢を意識的に自己調整しており、心理的姿勢をメタ認知的知識とし、それにともない行動を変容する過程を示す。⑥開発した姿勢認知教育プログラムver. 2.0は看護師の腰痛改善・予防へのアプローチに有効である。

以上より、看護師の腰痛予防には、腰痛を身体的・心理的・社会的姿勢のメタ認知的知識として捉えることの重要性を示し、開発した身体・心理・社会的姿勢認知を取り入れた姿勢認知教育プログラムが看護師の腰痛予防に有効であることを示唆した。

論文審査の結果の要旨

本研究は看護師の腰痛要因を分析し、さらにその結果を基に身体・心理・社会的姿勢をとりいれた腰痛予防に効果的な姿勢認知教育プログラムを開発し、その効果を検証した。その結果、看護師の腰痛予防には、腰痛を身体的・心理的・社会的姿勢のメタ認知的知識として認知することが重要で、本研究において開発した姿勢認知教育プログラムが看護師の腰痛予防教育と腰痛予防に有効であることを示唆した。看護師の腰痛発症率は高く、本研究において、看護師の腰痛予防に関する研究に取り組み、腰痛予防のための姿勢認知教育プログラムを開発した意義は大変大きいと考えられる。研究実施においては、先行研究を精査し研究概念モデルを作成して研究課題を明確にし、さらに綿密な研究デザインを構築して研究が実施され、加えて先行研究や文献と関連させた結果の分析および考察も明確であり、今後の研究発展にも期待できる。また、論文内容からも科学的にかつ真摯な態度で研究に取り組んだことも伺われた。

以上を総合すると、武田啓子氏の論文は、看護師の腰痛予防のために重要な示唆を提言し、看護教育並びに看護学に新たな知見を加え、分野の発展に寄与する重要な貢献を果すものと評価できる。よって本審査委員会は、本論文が博士（看護学）の学位を授与するに値するものと判断した。