

*The Integrated Approach to Symptom Management*看護活動ガイドブック

＜口腔粘膜炎用＞

Ver.2

※このガイドブックは、化学療法および放射線治療による舌・歯肉・口唇・頬の内側などの口腔や咽頭などの粘膜に生じる変化(口腔粘膜炎)を扱っています。

UCSFで開発されたModel for Symptom Management(MSM)を臨床の場に適用するために、看護活動モデル(The Integrated Approach to Symptom Management<IASM>:症状マネジメントの統合的アプローチ)が開発されました(Larson P.)。本ガイドブックは、IASMをさらに現場で使うことができるようにワークシートにしたものです。ガイドブックを使い、IASMにそって看護活動を行うことにより、看護師は患者の体験(症状)や行っている方略を正確に理解し、患者のセルフケア能力のレベルにあった知識、技術、看護サポートを提供することができます。そして必然的に患者を中心としたマネジメントが実現されます。ガイドブックを使用するときはオレムのセルフケア理論、MSM、症状マネジメントの統合的アプローチ(IASM)をよく理解しておく必要があります。

使用方法:

ガイドブックに沿ってプロセスを進んでいってください。途中の空欄に、得た情報、分析内容等、メモをとっていってください。これをもとに記録用紙にまとめます。

がん患者の症状緩和技術の開発に関する研究班(代表:内布敦子)

研究班ホームページURL⇒ <http://sm-support.net>

＜ご協力のお願ひ＞

- \* このガイドブックはDr. Patricia J. Larsonが作成した「症状マネジメントの統合的アプローチ」(1998)を臨床で用いるために試験的に作成したものであり精練作業の段階にありますので使用する場合は、上記ホームページURLにアクセスし最新バージョンを入手して下さい。本冊子のコピーは御遠慮下さい。
- \* ご使用後は上記ホームページURLよりご意見をお寄せください。今後の精練、改定の参考にさせていただきます。

# An Integrated Approach to Symptom Management

## 看護活動ガイドブックをご活用頂く皆様へ

IASM をご活用頂き感謝します。

適切な文献を参考にさせていただきご活用いただければ大変うれしく思います。

使用に当たって許可は不要ですが、学会や雑誌などの出版物に引用なさるときは下記の文献が原典となりますので、ご参照下さい。

尚、IASM のガイドブックはオリジナルを内布が作成し、講座の研究班で精錬しており、現在バージョン 10 (2016 年現在) です。IASM ご使用にあたり、研究班ホームページ URL (<http://sm-support.net>) にアクセスして頂けば、新しいバージョンを入手できます。

尚、この冊子を引用なさるときは「unpublished」もしくは「未出版」と付記してください。

①IASM が最初に発表されたのは下記の文献です。

*Patricia J. Larson, Atsuko Uchinuno, Shigeko Izumi, Ayako Kawano, Akiko Takemoto, Miyuki Shigeno, Masumi Yamamoto, Shuko Shibata(1999). An Integrated Approach to Symptom Management. Nursing & Health Sciences. 1(4), 203-210*

②「IASM による看護活動ガイドブック」の最初の発表は下記の文献です

*内布敦子他(1998). The Integrated Approach to Symptom Management を応用した看護活動ガイドブック. 別冊ナーシングトゥデイ. 12, 178-184*

*内布敦子他(1999). The Integrated Approach to Symptom Management (IASM) について(1) IASM のための記録用紙・分析スタンダードの開発. がん看護. 4(5), 414-417*

追加情報)

内布敦子(2014) 系統看護学講座専門分野Ⅱ成人看護学〔1〕成人看護学総論 第14版 12章に詳細の使用方法を解説していますのでご参照下さい。

図などを引用なさるときは原典をお書き頂きますようお願い致します。ちなみに翻訳を引用する場合は原典も示す必要があると思います。

③A Model for Symptom Management が最初に発表されたのは下記の文献です。

*Larson P.J., Carrieri-Kohlman V., Dodd M.J., Douglas M., Faucett J., Froelicher E., Gortner S., Halliburton P., Janson S., Lee K.A., Miaskowski C., Savedra M., Stotts N., Taylor D. & Underwood P. (1994). A model for symptom management. Image Journal of Nursing Scholarship. 26, 272-276*

上記のモデルを訳したものは下記のテキストにあります。

内布敦子(2014)系統看護学講座専門分野Ⅱ成人看護学〔1〕成人看護学総論 第14版 12章  
P324 に翻訳引用がのっています。

④ ③の改変版 Reversed Symptom Management Conceptual Model は下記の文献です。

*M Dodd et al. (2001). Advancing the science of symptom management. Journal of Advanced Nursing. 33(5), 668-676*

その翻訳版は下記のテキストにあります。

内布敦子(2014)系統看護学講座専門分野Ⅱ成人看護学〔1〕成人看護学総論 第14版 12章  
P325 に翻訳引用がのっています

IASM 研究班

代表 内布敦子

Atsuko Uchinuno RN, MNS, Ph.D

Kitaouji-cho 13-71 Akashi Hyogo 673-8588 JAPAN

University of Hyogo College of Nursing Art & Science

e-mail: a\_uchinuno@cnas.u-hyogo.ac.jp

Tel & Fax +81-78-925-9435

## The Model of Symptom Management の理論的前提

‘症状(Symptom)’は元来その人が体験しているもので主観的なものです。症状のマネジメントは、患者自身が何らかのセルフケア行動を起こさない限り始まらないという側面を持っています。また、24時間その症状を体験している患者が、もっとも対応が熟練しているという側面も持っています。従って、患者を重要なケア提供者と見なすことは理にかなっているといえます。

The Model of Symptom Management (症状マネジメントモデル;MSM)はオレムのセルフケア理論をその背景にもったモデルです。患者のセルフケア能力に焦点を当て、その能力を最大限活かすことを前提にしています。

オレムのセルフケア理論では、看護者は患者がどのようなセルフケアレベルであっても、患者の持つセルフケア能力を正確に査定し、必要な代償を行います。例えば自分の生活調整を上手に行い、症状に対しても医師など医療専門職の援助を巧みに活用できる慢性疾患の患者は、セルフケア能力が高く、支持・教育のレベルであり、看護の介入はほとんど必要ではありません。一般的には身体機能が低下した状態ではセルフケア能力も低下すると考えられますが、必ずしもそうではない場合があります。自分で判断、決定し、医療者に専門的援助を要請できる患者はセルフケア能力が高く、知識や技術を持つことによってさらにその能力を高めることができます。また、症状を表現することを控えたり、我慢しなければと考えているなどセルフケア能力が低い患者には、潜在的なセルフケア能力を見だし、それを高めるように援助したり、専門家が必要なことを代わって行ったりします。

## The Model of Symptom Management

The Model of Symptom Management (症状マネジメントモデル;MSM)図1: このモデルは、人々の症状マネジメントが「症状の体験」「マネジメントの方略」「症状マネジメントの結果」の3つの大きな概念から成り立っており、それぞれの概念は多くの要因から成り立っていることを明らかにしています。これらの3つの概念は相互に関連しあっており、患者の体験内容はその人が取る方略に影響し、その方略の結果は次の体験に影響するとしています。

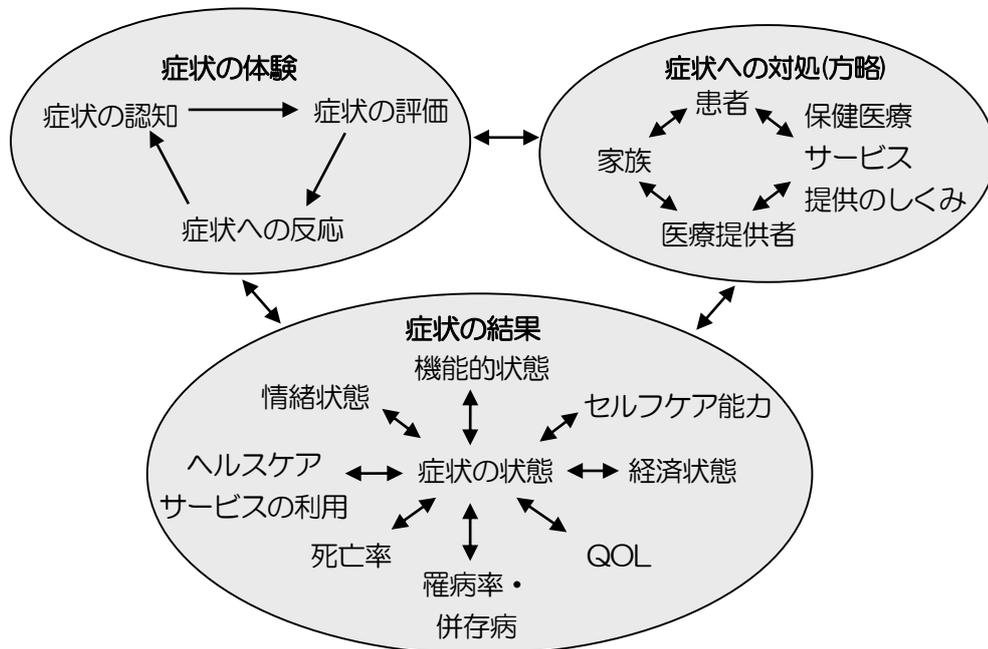


図1. The Model of Symptom Management (症状マネジメントモデル;MSM)

Larson P.J., Carrieri-Kohlman V., Dodd M.J., Douglas M., Faucett J., Froelicher E., Gortner S., Halliburton P., Janson S., Lee K.A., Miaskowski C., Savedra M., Stotts N., Taylor D. & Underwood P. (1994) A model for symptom management.

Image Journal of Nursing Scholarship 26, 272-276.をもとに著者訳

MSM を看護活動として翻訳したものが Dr. Larson が提案した The Integrated Approach to Symptom Management (症状マネジメントの統合的アプローチ: IASM) であり、さらにこれを現場で使うことができるようにワークシートとして開発したものがこのガイドブックです。IASM にそって看護活動を行うことにより、看護師は患者の体験(症状)を正確に理解し、専門家として科学的にメカニズムを明らかにしたり、妥当なマネジメントの方略を提供し、患者がもっとも良い方法を選ぶことができるように支援することができます。使用するときにはオレムのセルフケア理論、MSM、症状マネジメントの統合的アプローチ(IASM)をよく理解しておく必要があります。

図1に示したモデルは、その後になって看護学の重要概念である「人間」「健康/病気」「環境」の影響をダイナミックに表現する工夫がなされ、修正されています。症状マネジメントモデルの修正版は図2に示すとおりです。

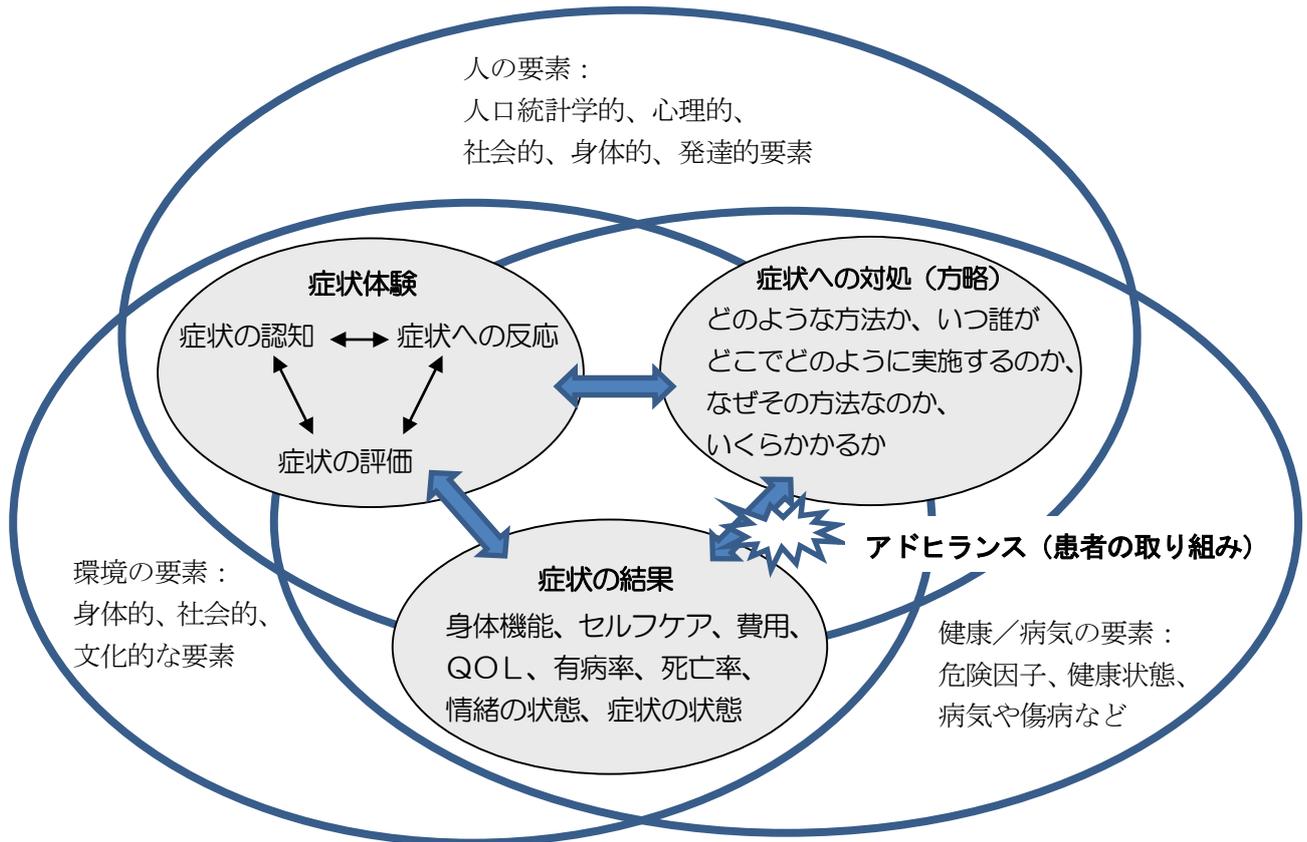


図2. The Model of Symptom Management (修正版: 症状マネジメントモデル; MSM)

Reversed Symptom Management Conceptual Model: M Dodd et al. (2001) *Journal of Advanced Nursing* 33(5) 668-676をもとに著者訳

# The Integrated Approach to Symptom Management (症状マネジメントの統合的アプローチ: IASM) の臨床応用

MSMを臨床の看護師の活動に置き換えたものがIASMです。Larson P.によって開発され、Larsonを研究メンバーとする本研究班によって1997年以来、日本で検証が開始されました。患者の体験や方略にはセルフケア能力が大きく関与しており、症状緩和の主人公でありエキスパートは患者であるという考えで作成されています。患者の体験や方略をよく吟味して、患者のセルフケア能力によって提供する看護内容を決定するという考え方は、オレムのセルフケア理論に依拠しています。

## <臨床応用の前提>

**臨床応用の前提1:** モデルの適応は患者の了解を得て始めます。

患者に質問をしながら行いますので、患者の利益になると同時に患者の負担になる場合もあることを、看護師はよく理解しておく必要があります。患者には、止めたいときはいつでも止めることができることを伝えます。もし、患者が途中で止めたいと言った時は、通常のケアに戻します。情報は一度に全部聞くのではなく、30分ぐらいずつ何日かに分けて行うほうがよいでしょう。患者と相談して計画的に進めます。

**臨床応用の前提2:** 活動を始める前に医師の協力や看護チームのコンセンサスが得られるかどうか確認します。

「看護師が症状のある患者に対して、了解を得てこのような活動を行いたいと考えているが協力していただけるか(できれば一緒にやっていただきたいのですが)」と聞きます。医師には、専門家が提供するマネジメント方略の部分で薬剤の投与やブロックなどの医療処置を中心とした活動をお願いしたいと伝えます。医師を協力者にすることは、この活動を成功させる最大の秘訣です。医師を活動に巻き込むにはその施設独特の方略がある場合がありますので看護管理の担当者によく相談します。また、看護チームのコンセンサスも重要です。24時間一貫したケアを提供するには、看護チームが同じ姿勢で関わる必要があります。対応の不統一によって患者の混乱を招かないためにも、IASMの効果を高めるためにも、チームでよく話し合い、了解を得ながらモデルによる看護活動を進めます。

**臨床応用の前提3:** 患者の主体性を確認します。

患者が症状マネジメントの主役であることをどのように考えているか、症状コントロールの可能性をどのように認識しているか(どうせよくならないと考えていないか、コントロールすることに無力感を感じていないか)を確認することが必要です。必ずしも患者自身が常に自分が主役であるという意識を持つべきだという意味ではありません。そのような意識を持ってない患者はセルフケア能力が低下していると判断し、医療者が全代償を行います。しかし潜在的には能力があるかも知れませんが刺激してみることは必要です。

**臨床応用の前提4:** 症状マネジメントは患者にとってどの程度の優先順位であるかを確認します。

症状コントロールについて、それほど重要でないとか、我慢するものだと考えているなど、患者の価値評価を確認します。患者によっては、自分が過酷な症状に襲われているにもかかわらず症状マネジメントに興味を示さない人がいます。病気や死、家族、経済上の問題など、その人によって問題の優先順位は異なります。症状マネジメントが優先順位を持たない場合、患者の症状マネジメントに関するセルフケア能力は低く、患者に話を聞こうとしても出てこないなど、活動をはじめた時点で抵抗に合います。このような場合看護師は全代償を行います。医療者の判断で症状のマネジメントを行い、身体機能が低下しないように努力し、患者にとって優先順位の高い問題に焦点を合わせます。

表1. IASMの流れ

1. 症状の定義を明らかにする。
2. 症状のメカニズム(機序)と出現形態を理解する。
3. 患者の体験(認知、評価、反応)とその意味を理解する。
4. 症状マネジメントの方略を明らかにする。
5. 体験と方略、その結果を明らかにし、セルフケア能力の状態で該当するレベルを判断する。
6. 看護師が提供する知識、技術、サポートの内容を決定し実施する。
7. 看護活動による効果を測定する。

I. 症状を定義する

II. 症状の機序と出現形態を理解する

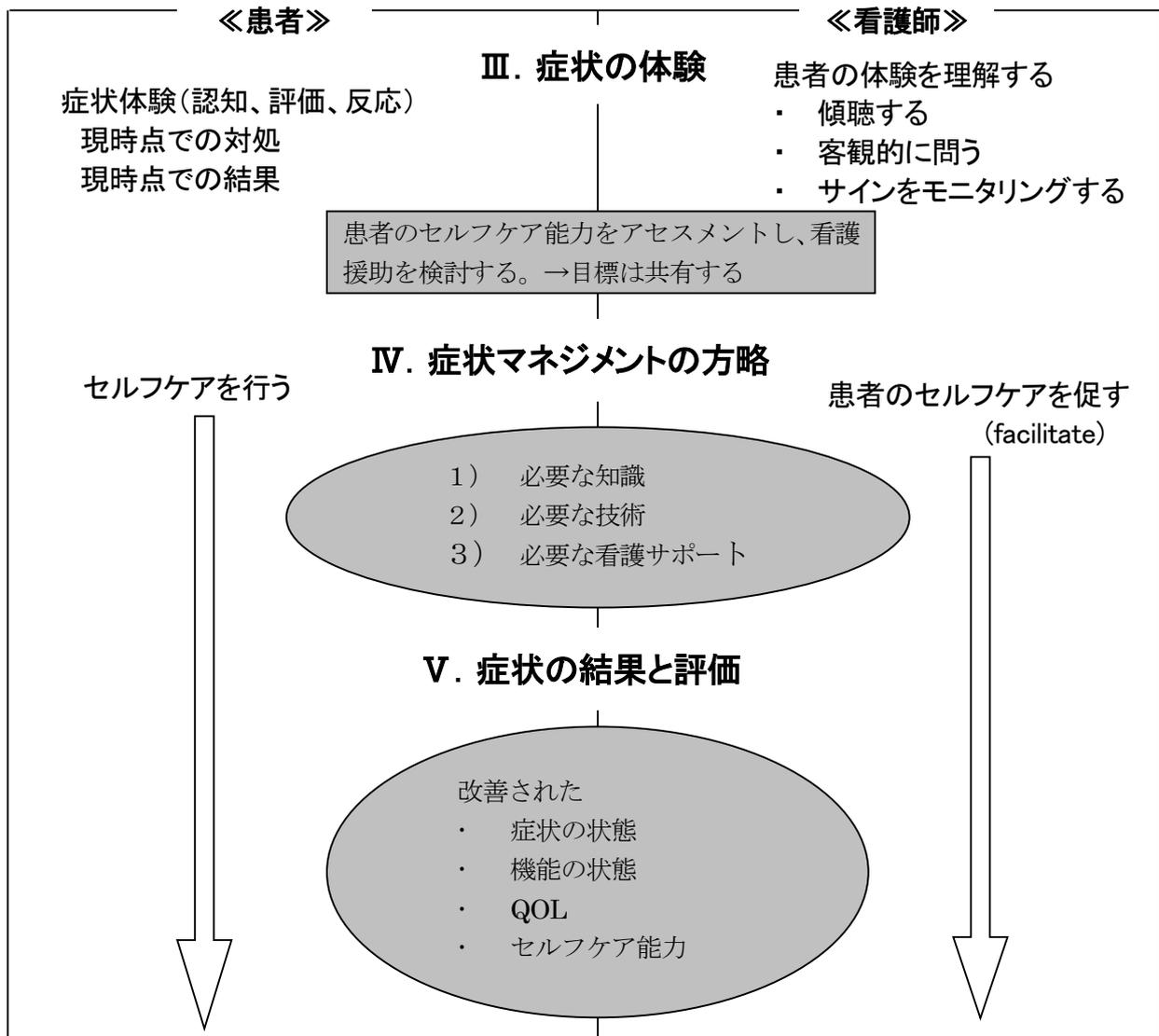


図3：症状マネジメントのための統合的アプローチ(ASM)

## 看護活動その1：症状の定義を明らかにする

(記録用紙NO.1)

症状は患者の主観的な身体の変調であり、医学的に根拠が証明される場合もされない場合もありますので、基本的に患者が訴える身体の変調は存在するものとして取り扱います。口腔粘膜炎の場合、患者の主観的な変調と、医療者が捉えた客観的な変化の両方を含みます。

例)化学療法および放射線治療による舌・歯肉・口唇・頬の内側などの口腔や咽頭などの粘膜に生じる変化である。

記録用紙 NO.1※印のところに記入

## 看護活動その2：症状のメカニズム（機序）と出現形態を理解する

(記録用紙NO.1)

できるだけ図を使ってこの患者の症状のメカニズムを説明して下さい。症状のメカニズムは、いつも明らかになるとは限りません。もし不明の場合は考えられる可能性を考慮して仮説的にメカニズムを記述しておきます。病歴を転記したり、医師に症状のメカニズムについて確認して補充してください。

症状マネジメント記録用紙NO.1

氏名		
病名		
症状の定義 ※		
症状のメカニズムと出現形態		

## 資料

### 【口腔粘膜炎の出現形態および進行プロセス】

#### 第1期;組織損傷の開始

放射線/化学療法は、基底上皮細胞の損傷を誘導し、細胞死を引き起こす。また、放射線/化学療法により細胞内に発生した活性酸素(フリーラジカル)は酸素代謝経路で発生し、細胞の損傷を引き起こす。

#### 第2期;シグナル伝達期

活性酸素は、直接の細胞死を引き起こすことに加えて、細胞内や細胞表面の転写因子などの受容体を刺激してサイトカインを放出して組織を損傷し、細胞のアポトーシスを引き起こす。

#### 第3期;シグナル増幅期

主にマクロファージにより産生される腫瘍壊死因子  $\alpha$  (TNF- $\alpha$ ) のような炎症性サイトカインの増加は、粘膜細胞の損傷を引き起こし、粘膜損傷を増幅するシグナル伝達も活性化させる。

#### 第4期;潰瘍・炎症期

粘膜潰瘍に最も関連する炎症細胞の浸潤があり、口腔細菌叢の代謝副産物の一部に定着する。さらに、炎症誘発性のサイトカインの産生が増加し、これにより二次感染を引き起こす。

#### 第5期;回復・治癒期

上皮細胞増殖ならびに細胞および組織の分化によって上皮が完全に回復する。

(Lalla V.R., Sonis T.S., Peterson E.D.(2008). Management of Oral Mucositis in Patients with Cancer.

Dent Clin North Am. 52(1), 61-viiiをもとに著者ら訳)

### 【口腔粘膜炎の重症度】

#### Oral Assessment Guide (口腔アセスメントガイド: OAG)

区分	評価ツール	評価方法	評価段階と評価内容		
			1	2	3
声	聴覚	患者との会話	正常	正常よりも低い声、またはかすれ声	会話困難、または痛みを伴う
嚥下	観察	患者に嚥下を促す/ 舌の後方部分に軽く舌圧子を置き、下方へ押すことで咽頭反射を検査	正常な嚥下	嚥下時痛	嚥下不能
口唇	視診/触診	口唇を観察し、触診	なめらか、ピンク色、湿潤	乾燥または亀裂	潰瘍または出血
舌	視診/触診	舌を観察し、触診	ピンク色、湿潤、乳頭が確認できる	苔舌、舌乳頭の減少、発赤の有無は問わない光沢あり	水疱または亀裂
唾液	視診/触診	口腔内に舌圧子を挿入し、舌中央と口腔底に触れる	水様	濃い、粘稠性	唾液分泌が認められない
粘膜	視診	粘膜を観察	ピンク色、湿潤	潰瘍はないが、発赤または苔舌(白色増加)	潰瘍形成、出血の有無は問わない
歯肉	視診/触診	舌圧子の先端で歯肉を軽く押す	ピンク色、スティプリングがある、硬い	浮腫の有無は問わない	自然な出血、または圧迫による出血
歯または義歯	視診	歯または義歯部位を観察	清潔で食物残渣なし	局所的な歯垢や残渣(歯間)	歯肉線縁または義歯装着部位の歯垢や残渣

(Eilers J, Berger A, Petersen M. (1988). Development, testing, and application of the oral assessment guide.

Oncol Nurs Forum, 15(3):, 325-330. をもとに著者ら訳)

## 看護活動その3：患者の体験（認知、評価、反応）とその意味を理解する

（記録用紙NO.2）

患者の症状体験を正確に理解するために、(1)「傾聴する」(2)「客観的に問う」(3)「サインをモニタリングする」という3つの看護行為を組み合わせて行います。

患者の語りは、整理して表現されるものではありません。患者が自由に表現した後に、体験（認知、評価、反応）の整理を行います。

### (1)「傾聴する」

患者が①認知している症状と②症状の評価、③症状への反応について、制約なく語ってもらいます。症状に関連して患者が体験していることをできるだけ表現してもらおうことが、この活動の目的です。患者にはできるだけ自由に表現してもらうので、モデルに整理できない内容が出てくることも予測されます。患者の表現が自由に行われることを優先するので、モデルに該当しないと感ずる要素も含めて聞きます。

次のような質問をきっかけとして用います。

「口の中の症状はありますか？もしあれば症状をどのように感じているかできるだけ詳しくお話し下さい。」

### ★患者の話を聴くポイント★

看護師はここでは主に傾聴の技術を用いる。

- ・あらかじめ予定した時間を患者に告げ、了解を得る。
- ・落ちついた口調でゆっくり質問する。
- ・患者が話しを始めたら話を聞くことに集中し、適宜相槌をうって話し続けることを励ます。  
(ええ…、そうですか…、それで…、なるほど…)
- ・患者が言葉を見いだせない時は、きっかけになるような言葉を提案する。  
(答えにくいですか？例えば…「口の痛みがあるところはありませんか？」「口が渴くことやご飯が飲み込みにくいことはありませんか？」)(誘導にならないように配慮する)
- ・患者の表情に気を配り、苦痛なようであれば中断を提案する。  
(辛そうに見えますが、この辺で今日はやめましょうか)
- ・予告した時間を極端に超過することのないように時間経過に気をつける。
- ・予定した時間が来たら、一度確認する。  
(ご協力をお願いした時間は過ぎましたが大丈夫ですか)
- ・話の流れで、患者が用いている方略について話す場合はそれも聞き、あとで方略の欄に記入する。

## (2)「客観的に問う」

「傾聴する」で語られなかった症状体験の内容を客観的に質問し、引き出します。看護師は傾聴やサインをモニタリングすると同時に、患者が自分の症状についてより多くの情報を提供できるように、次のような質問を行います。

### <現在、症状がない場合>

現在、症状がない場合は、過去に口内炎などができた経験を尋ねる。

認知-1 今までに口の症状を体験したことがありますか？それは、どんな症状でしたか？.....

⇒ 13ページ「患者の方略-2」へ

### <現在、症状がある場合>

認知-1 どんな症状がありますか？.....

- 口腔内疼痛
- 口腔内乾燥、粘つき感、ざらつき感、唾が出にくい感覚
- 口内炎、熱感、腫れぼったさ
- 口唇の乾燥
- 歯茎の腫脹(歯が浮く感覚)
- 出血

認知-2 どんなふうに症状が出ますか？.....

## ★ ポ イ ン ト ★

- ・口腔内の症状は多数存在する事があるため、患者が認知した一つ一つの症状体験を聞いていく。  
口腔内; 口腔接触痛、口内炎、熱感、腫れぼったさ、出血、血腫  
唾液; 口腔乾燥、粘つき感、唾の出にくさ  
口唇; 口唇の乾燥  
歯茎・歯肉; 腫脹、歯が浮く感覚、歯茎が緩い感覚、出血  
舌; 舌先の痛み、舌先が敏感に感じる、ざらつき感 など
- ・口腔内の見えにくいところは、視診だけでなくペンライトや舌圧子など用いる。
- ・口腔内乾燥は認知していても、口腔トラブルと認識されにくいところでもあるので、「ご飯が食べにくいことはないですか」と聞いてみる。
- ・場所については、ほとんどの患者が回答できる。  
言葉での表現が難しそうであれば、「手でさして下さい」と促したり、インタビュアーの手でさしながら「この辺ですか」と聞いてみる。
- ・どんなふうに痛むかについては様々な答えがあると思われる。  
「答えにくいですか」「酸っぱいものがしみますか」と質問し、「もっと詳しく表現できますか」と聞いてみる。
- ・痛みを伴う場合は、数値的評価スケール(Numerical rating scale: NRS)を使用する。  
痛みの強さを「0:痛みがない」から「10:最悪の痛み」までの11段階として、現在感じているペインスコアを口頭で伝えてもらう。
- ・積極的に症状を表現する人、表現することに前向きな人は一般にセルフケア能力は比較的高いことが多い。
- ・表現に消極的な人は、もともと自己表現が少ないか、他にになにか気がかりなことがある場合がある。

評価-1 いつ頃から症状が出ましたか、その経過をお話いただけますか？

## ★ ポ イ ン ト ★

- ・症状の初発はいつか、症状の様子はどのように変化したのかを質問する。だいたいいつ頃から現れてきたか、思い出す範囲で大まかに聞く。想起しにくいようであれば「最初から今のような症状でしたか？」と聞いてみる。
- ・長い経過を覚えていて要領よく表現できる人は比較的セルフケア能力が高いことが多い。生活上のイベントなどと連動して覚えている人では心的エネルギーに余裕がある場合が多い。全く覚えていない人では、症状マネジメントに関心が向けられていない場合があり、セルフケア能力が欠如している可能性があるため注意する。

評価-2 症状が出たらどれくらい長く続きますか？

★ ポ イ ン ト ★

- ・症状の持続時間を尋ねている質問である。何らかのマネジメントの方略を用いて症状が軽減するまでの時間か、自然に消失する時間を答えるだろう。「うがいをすると乾燥がおさまる」など、マネジメントの方略に関連したことを患者が述べるようであれば、それも書き留めておき、後に方略の所に書き加える。

評価-3 どうしたら、またはどんな時に症状が強くなりますか？

★ ポ イ ン ト ★

- ・比較的容易に表現できるだろう。表現が難しい場合は、「食事のとき、歯磨きのときなど症状に影響がありませんか？」「酸っぱいものを食べた時しみるなどの影響はありませんか？」「食事形態を変える前はご飯を飲み込みにくくありませんでしたか？」など聞いてみる。ここで患者が用いている方略があれば聞いておく。

評価-4 なぜ症状があるのか説明を受けましたか？その説明は理解できましたか？

★ ポ イ ン ト ★

- ・説明を受けていない場合：症状の原因を何だと考えておられますか？なぜこのような症状が出てきたのだと思いますか？などと聞いてみる。

反応-1 症状のために生活上でできなくなったことがありますか？

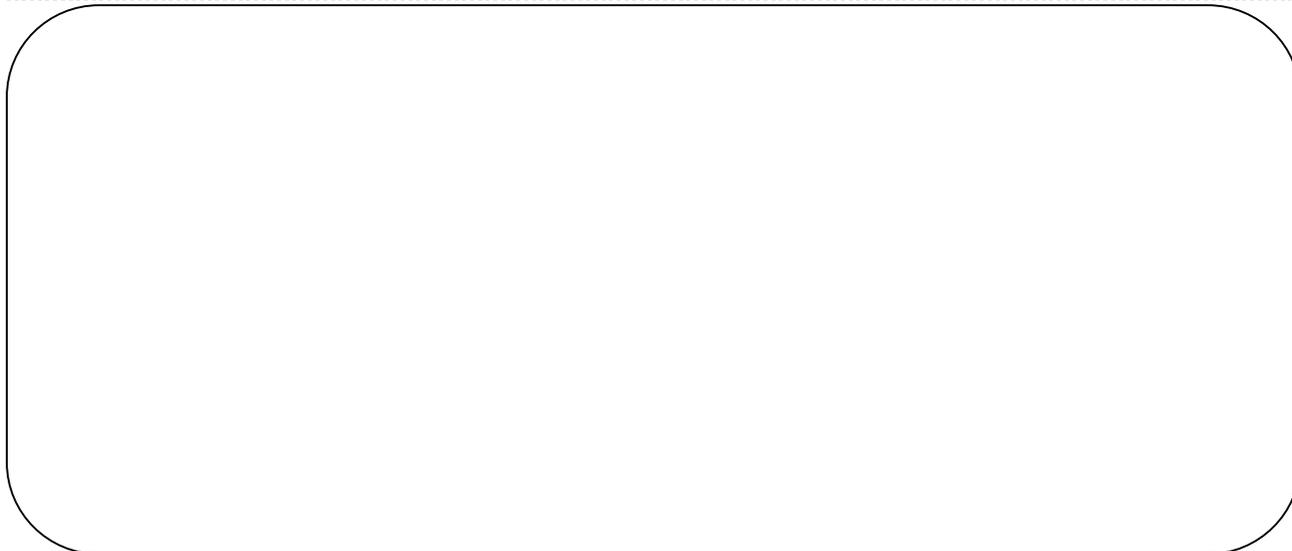
★ ポ イ ン ト ★

- ・食事、睡眠、趣味、仕事などの生活活動への障害とその程度について聞いてみる。「症状のために食事ができないことはありますか」「夜は眠れますか」「趣味を楽しむことはできますか」などを聞く。
- ・症状の出現を予防するために、生活が制限されていることもある。その中で方略を話される場合は、そのまま聞き、あとで方略に書き加える。

### (3)「サインをモニタリングする」(質問によってではなく観察によって情報を収集します。)

症状に対して患者がどのように反応しているか、身体・心理・生活に現れたサインを観察によって明らかにします。

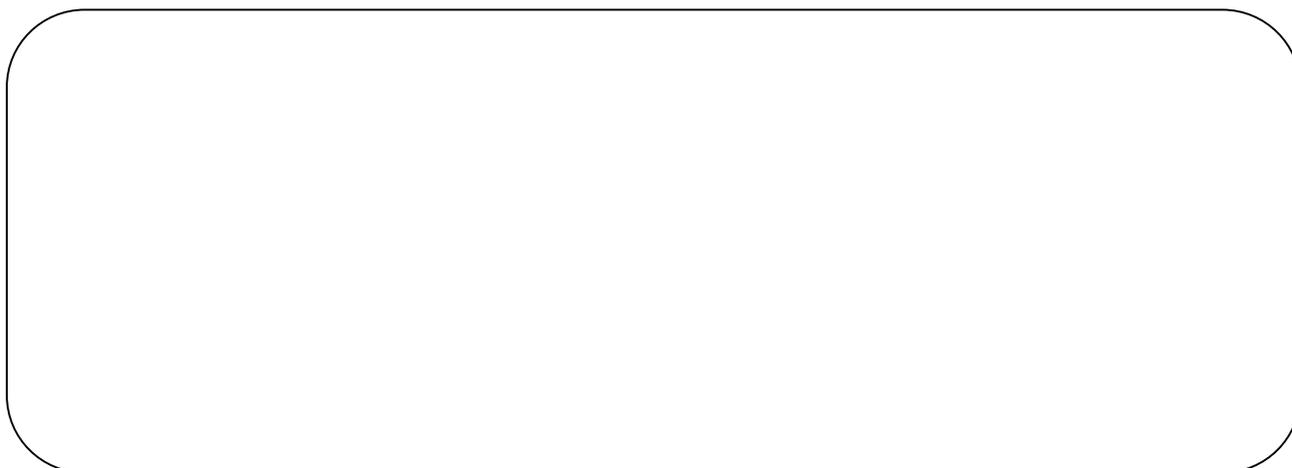
反応-2 症状に対する反応として、患者に見られるサインを観察する。.....



#### ★ ポ イ ン ト ★

- ・症状のために痛いところに手を持っていく等の身体的なサインが観察される。身体的なサインには患者が認知していないような血液データ等もある。また、口腔アセスメントガイド(OAG)(p.6参照)を用いて観察を行い評価する(部位、程度、疼痛の有無なども観察する)。特定の症状は特定のサインを持っていることが多いので、看護師はその知識を持っておく必要がある。
- ・心理的なサインでは、怒りっぽくなっている、いらいらしている、不機嫌になる、抑鬱的になる、悲観的になる、感情的になる等が観察される。

反応-3 口の中の症状のためにできなくなっていること、困っていること、気持ちの上で負担になっていることなど生活の様子を明らかにする。.....



#### ★ ポ イ ン ト ★

次のような視点で、患者の生活に現れたサインを捉える。

例)・食事が食べられているか？

・眠れているか？

・仕事に支障はないか？

分析は次の視点で行います。

★ 分析の視点 ★

**認知** : 表現や言葉の豊かさ、表現内容、表現する意欲があるか、症状に関心を向けているか

**評価** : 症状と原因(疾患・生活行動など)を結びつけて評価しているか、症状の強度・頻度・持続時間を評価しているか、症状の増強・軽減因子を評価しているか、薬剤の評価をしているか、これまでの症状の変化を、経過を追って説明できるか

**反応** : 身体的な反応があらわれているか、症状の影響が生活行動に現れているか、症状によって情緒的な変化が起きているか、身体的反応、生活行動面の反応、情緒面の反応のバランスがよいか

**意味** : 患者は体験している症状にどのような意味をみいだしているでしょうか(「評価」に含めても良い)

症状マネジメント記録用紙NO.2

患者氏名:                      月 日

<b>【体験】</b>	<b>【方略】</b> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
<b>【現在の状態】</b>	

看護活動その3は、すべて、ここに記入します。

## 看護活動その4：症状マネジメントの方略を明らかにする

(記録用紙NO.2)

現在の症状マネジメントの方略を明らかにします。それらは、①患者本人がとっている方略は何か、医療従事者にどのようなサポートを求めているか②家族など身近な人々はどう対応しているか③医療従事者は何を行っているか、可能な限り患者と一緒に方略を考えているか(必要であれば家族も含めて)、ゴールを患者と共有しているか④ケアシステムの活用状況はどのようであるかです。

患者が行っている方略については、次のような質問によって「客観的に問う」ことができます。

### 患者の方略-1 症状があるときはどのようにしていらっしゃいますか？

次ページ様式の患者★に記入

#### ★ ポ イ ン ト ★

- ・この質問は主に症状マネジメントの方略についての回答を得るものである。症状マネジメントの方略として、ありのままの様子を聞いていく。
- ・付随して症状の結果(柔らかい歯ブラシに変更したら痛みがやわらいだ など)も語られるだろう。この質問だけで患者が語りだしたらそれに沿って聞く。そうでない場合は「症状があるときに気をつけていることがありますか?」「自分で工夫して行っていることがありますか?」「誰かに助けを求めていますか?」と聞いてみる。
- ・自分なりに工夫していることがあれば比較的容易に表現できるだろう。表現しにくい場合、あるいは全く思いあたらない場合は、「鏡を見ながら歯磨きすると磨きやすいですか」など、具体的に聞いてみる。

(例) -乾燥による舌先の痛みに対して保湿剤を塗布する

- 刺激の少ない歯磨き粉や柔らかい歯ブラシに変更する
- 鏡で口腔内を観察しながら歯磨きをする
- ブラシを柔らかいものに変更する
- 歯垢が残っている部分を舌で捉える
- タフトを使用し細やかにブラッシングする
- 栄養価の高いものを摂取する

### 患者の方略-2 現在、どのような方法で口の中をケアされていますか？

次ページ様式の患者★に記入

### ★ ポ イ ン ト ★

・この質問は主に口腔ケアの方法についての回答を得るものである。付随して症状の結果（保湿剤を使うと乾燥が楽になったなど）も語られるだろう。

①「口の中を清潔にする方法についてお聞かせください。」

（例）-口腔ケアの回数

- 歯磨き粉や歯ブラシの種類、ブラッシングの方法、歯間ブラシの使用、歯ブラシの洗い方・乾かし方
- 含嗽の回数、含嗽薬(アルコールフリー)の使用、含嗽の方法(ぶくぶく、がらがら、ふくみうがい)

②「口の中の保湿についてお聞かせください。」

（例）-口腔や口唇の保湿剤の使用の有無、頻度、

- 保湿剤の種類
- 保湿剤の使用感

③「口に刺激を与えるものについて、気をつけていることをお聞かせください。」

（例）-食事:刺激物(熱いもの、硬いもの、柑橘類、香辛料など)の摂取

- 嗜好品:たばこ、アルコール

### 患者の方略-3 症状があるとき誰に助けられていますか？どんなことをしてもらっていますか？

次ページ様式の患者★に記入

### ★ ポ イ ン ト ★

・身近にいる人の具体的な援助は比較的表現できるだろう。相談に応じたり話を聞くなどの援助は、本人が「助け」と認識していないかもしれないので、表現がないときは、「口の症状で困ったことを相談する相手がありますか」と聞いてみる。医療従事者の活用についても表現がない場合は、「医師や看護師、歯科衛生士などの医療の専門家に助けを求めることはありますか」と聞いてみる。

### 以下の人々は患者の症状にどのように対応していますか？

家族:

医師:

看護師:

その他の人々:

分析は以下の視点で行います。

### ★ 分析の視点 ★

- ・症状マネジメントの優先順位は他の問題に比べて高いかを検討する。口腔への関心の程度や、その際に同時に語る病気の体験も考慮する。  
(例)「口はどうでもいい。がんが治ったらよいと思っている。」と話す場合は、口腔ケアへの関心が低い可能性があるため、セルフケア活動が進まない可能性がある。
- ・積極的な方略か(色々な工夫を行っている、専門職や家族を活用している)、消極的な方略か(我慢する)を検討する。患者によっては、ある部分は積極的に行え、ある部分は消極的なことがある(例:夜は磨くが、朝は磨かないなど)。ここでは、セルフケア能力を活用して、どのようなことが行え、どのようなことが行えていないのか検討する。  
消極的なマネジメント方略になっている場合は、どうしてそうなっているのかを分析する。
- ・方略の内容が理にかなったものであるか、症状のメカニズムに反していないか
- ・症状マネジメントの方法の中から適切に選択し実施できるか
- ・症状マネジメントをどのレベルまでにしたいと考えているか
- ・症状をマネジメントする動機を持っているか
- ・患者自身が症状マネジメントの主導権を持つということをどれほど認識しているか
- ・症状マネジメントの優先順位は他の問題に比べて高いか
- ・方略がこれまでの体験と関連しているか(これまで口腔トラブルへの対処で成功を体験したことがないなど)
- ・医療者には適切な医療処置を提供できるだけの十分な知識、技術、対応能力、チームワークがあるか
- ・家族の役割をどれほど期待できるか

#### 症状マネジメント記録用紙NO.2

患者氏名:            月   日

【体験】	【方略】
	患者★
	家族
	医師
	看護師
	その他
【現在の状態】	

看護活動その4は、すべて、ここに記入します。

看護活動その5：体験と方略の結果を明らかにし、セルフケア能力の状態  
で該当するレベルを判断する。

(記録用紙NO.2)

**症状の状態**: 症状の改善はあるかをできるだけ数値化して評価します。OAGやVASなど患者が記入できる場合はそれを用いて評価し、マネジメントできていなければその理由も書きます。

**機能の状態**: 基本的日常生活行動、臓器の機能とその統合性を評価します。簡易的にはPS (Performance Status)を測定します。

**QOLの状態**: 日常生活の障害、自己価値観の低下、無力感など情緒の状態などを評価します。できるだけ数値化しておいた方が、評価が明確です。EORTC QLQ-C30などの確立されたQOL指標を用いると良いでしょう。このような測定ツールは研究用に用いるときは制作者の許可が必要です。

**セルフケア能力の状態**: 患者のセルフケア能力に焦点を当て、患者の潜在的な能力を明らかにします。

★ 結果分析の視点 ★

上記4項目を分析します。なぜ症状が改善されないのか、QOLをどのように低めているのか、それはなぜか、セルフケア能力は高いのか、低いとしたらなぜか、分析の視点に示した点<症状の表現能力、評価能力、「反応」の中の身体的反応・生活行動面の反応・情緒面の反応のバランス、行動や思考の論理性、マネジメント活動の評価能力、薬剤の評価能力、マネジメントの知識、セルフケア行動の実行力、リソースを使う能力など>を検討した後に、セルフケア能力のレベルを判定します。

セルフケアレベルに基づき、看護の方向性(次のいずれの段階か)を判断する。

## セルフケアレベル判定基準

セルフケアレベル	
レベルⅠ	<p><b>全不可タイプ</b></p> <p>内的・外的刺激に反応することができないので、自らの健康のために必要な行動を判断することができないし、セルフケア行為を遂行することもできない。判断の一部や行為の一部が自力で行うことができる場合は部分代償とする。</p> <p>例) 昏睡状態などで判断実施の<b>全て</b>を他者にゆだねている場合</p>
	<p><b>判断不可タイプ</b></p> <p>判断が全くできないために内的・外的刺激に反応することができず、自らの健康のために必要な行動を判断することができないし、指示がなければセルフケア行為を遂行することもできない。判断の一部を自力で行うことができる場合は部分代償とする。</p> <p>例) 認知症、知的障害などにより健康のために必要な行為の判断が<b>全くできない</b>が動ける状態</p>
	<p><b>実施不可タイプ</b></p> <p>行為がまったくできないために内的・外的刺激に反応することができず、自らの健康のために必要な行動を判断することはできるが、セルフケア行為を遂行することができない。行為の一部を自力で行うことができる場合は部分代償とする。</p> <p>例) 身体障害麻痺、神経運動機能の障害、医師の処方による運動制限があり、<b>全く実施できない</b>場合</p>
レベルⅡ	<p>運動機能／知的判断／動機の3点においていずれかが部分的に不足している。自らの健康のために必要な行動を部分的に判断できる、もしくはセルフケア行為を部分的に遂行できる。自立している部分もあるがまだ医療者が代償する部分大きい。</p> <p>例) 病気で専門的な管理が必要になると、医療者から知識や技術を得なければ自分一人ではできず、部分的に自立している状態。 ※1参照</p>
レベルⅢ	<p>運動機能／知的判断／動機の3点においていずれかが部分的に不足している。自らの健康のために必要な行動を部分的に判断できる、もしくはセルフケア行為が部分的に遂行できる。自立している部分が大きく、医療者が代償する部分は小さい。</p> <p>例) 療養管理に関する知識と技術を身につけ、療養に必要な判断や行為を医療者と協働して行うことができる。 ※1参照</p>
レベルⅣ	<p>自立した状態。自らの病気を正しく理解し、最適な予防法や症状緩和方法を判断し、セルフケア行為を遂行することができる。身体の変化に応じた応用力もあるが複雑な状況が発生した場合は、医療者の支援が必要な場合がある。自ら支援を求めることができる場合も含む。</p> <p>例) 療養管理の知識と技術があり、実施もできているが、外来等で医療者によるフォローアップや知識のアップデートなど教育を受けている状態</p>

※1 【レベルⅡとⅢの違いについて】長期（複数回）に渡り支援や確認が必要な場合は「レベルⅡ」、現時点では自立していないが知識や技術を提供すれば自立するだろうと思われる場合は「レベルⅢ」と判定する。

※2 家族のサポート（依存的ケア・エージェンシー）を含めセルフケア能力を判断した場合はレベルの後に「(Fa)」を付記する。例えば、Ⅲ(Fa)など

※方針を立てるうえでの注意する患者

・主体的に症状マネジメントに参加できない患者

自分が症状マネジメントの主役であるという意識を持ってない患者は、セルフケア能力が低下していると判断し、医療者が全代償を行う。潜在的には能力があるかもしれないので刺激してみることは必要である。

・症状マネジメントよりも優先順位の高い問題のある患者

病気や死、家族、経済上の問題など、その人によって問題の優先順位は異なる。症状マネジメントの優先順位が低い場合、患者は症状マネジメントに関心を示さない。このような場合は看護師が全代償を行う。医療者の判断で症状マネジメントを行い、患者にとって優先順位の高い問題に焦点を合わせる。

症状マネジメント記録用紙NO.2

患者氏名:	月 日
【体験】	【方略】
	患者
	家族
	医師
	看護師
	その他
【現在の状態】	

症状の状態:

機能の状態(PS):

QOL の状態:

セルフケアレベルの状態:

レベル I

レベル II

レベル III

レベル IV

## 看護活動その6：看護師が提供する知識、技術、サポートの内容を決定し実施する

(記録用紙NO.3)

### (1) 必要な知識\*を提供する ※英語では「Essential knowledge」です。

患者として学ぶ知識の量は、患者の状況によって異なります。かなり専門的な知識のほうが理解しやすい人もいるのでいつも平易な説明の方が良いわけではありません。患者の反応を見ながら、必要最小限の知識の量を決定し提供します。

#### ① 患者に必要な最小限の知識を提供する。

##### <例>

口腔粘膜炎が起こるメカニズムについて  
口腔粘膜炎が現れやすい時期について  
口腔内の症状に早く気づき医療者に相談することで、重症化する前に対処できることについて  
口腔トラブルの予防、悪化を防ぐ方法(歯磨き、うがい、保湿)について  
薬の効果や副作用について 等、その根拠を分かりやすく示す。図やパンフレットを用いる

必要な知識 (記録用紙 No.3 △ に記入)

### (2) 必要な技術\*を患者に習得してもらう ※英語では「Essential skill」です。

必要な技術の量は患者の状況によって異なります。看護師は患者の能力をアセスメントして必要最小限の技術の量を決め、それを教えます。患者は技術の正確さと継続性、行ったことの効果の評価方法について身につけることができるように配慮します。

#### ① 症状をマネジメントするためにこの患者に必要な技術は何か、患者の意見を聞きながら明らかにする。

##### <例>

口腔内の観察の方法(手鏡を使用する など)  
口腔内に変化が出た場合の記録の方法  
予防的口腔ケアや重症化を防ぐ口腔ケアの方法  
保湿剤の選び方、塗布の方法  
歯ブラシの選び方(「症状出現時は柔らかい毛ブラシを使用してください」 など)  
歯磨きを行うタイミングについて  
効果的なブラッシングの方法  
生活の中に取り入れる方法(体がだるいときは、座って歯ブラシをする など)  
症状を医療者に伝える方法(メモして伝える など)  
医療者や家族にケアを助けてもらうよう依頼する方法

- ② 継続して行えるようにその技術を訓練する。行ったことの効果を評価する技術も訓練する。

**<例>**

何度か繰り返し行う、ともに行う  
患者が実施しやすいように修正する

必要な技術 (記録用紙 No.3 ◇ に記入)

**(3) 必要な看護サポート\*を提供する** ※英語では「Essential supportive nursing support」です。

看護師による専門的支援は、患者・看護師関係のもとで行われます。

この活動には、患者が行えたことを認めたり、できるように励ましたり、できないことにつきあったり、できるまで待ったり、見守ったりする活動が含まれています。サポートは、患者にセルフケア能力があってもある程度提供します。自信のない患者や不安な患者にはより頻繁にサポートの提供が必要です。

- ① 患者を理解していることやサポートする意思があることを明確に示す。

**<例>**

「医療者もあなたの症状をとりたいと思っている」「表現してくれてよくわかった」と伝える。  
できなかった場合は、「次回はできると思いますよ」「やり方を変えてみましょうか」と伝える。  
在宅の患者では定期的に電話をかけ、状況を聞き、不都合があれば一緒に修正したり、「よくできていますね」「その調子で続けて下さい」と伝えたりする。

- ② 患者ができていることを伝え、続けられるように励ます。

**<例>**

痛みが増強しないように体動を工夫している人には、加重を避けることは病態にかなっていることを話し、有効な対処方法であるのでつづけるように励ます。患者ができるようになったときは、一緒に喜び、前進したことを確認する。在宅の患者であれば、電話を定期的にして、様子を聞く。

- ③ できていない部分は強要せず、代償(代わって医療者が行う又はサポートする)を保証する。

#### (4) その他、患者さんの症状マネジメントを円滑にするための方略を決定し実施する

症状マネジメント記録用紙NO. 3

患者氏名:            月 日

看護師の行う方略…アセスメント	
Ns が行う方略	実施と患者反応
必要な知識△	
必要な技術◇	
必要な看護サポート	
【改善された結果】	

→ 計画した必要な知識、必要な技術、必要な看護サポートを記入します。

→ 右欄に実施したこと、それに対する患者の反応を記入します。

#### 看護活動その7：活動による効果を測定する

(記録用紙NO.3)

一定の期間活動を続けたら、もう一度、症状の状態、機能の状態、QOLの状態、セルフケア能力を明らかにします。期間は事例の状況によっても違いますが1週間または2週間など、病棟やチームで決めて行うことができます。

- ①症状はどのように変わったか？
  - ②機能の状態はどのように変わったか？
  - ③QOLはどのように変わったか？
  - ④セルフケア能力はどのように変わったか？
- その他適切な指標があれば追加しても良い

介入後2週間程度で、モデルによる介入の効果を判断します。効果が見られない場合は、その原因を探索し問題解決に努めます。

症状マネジメント記録用紙NO. 3

患者氏名:            月 日

看護師の行う方略…アセスメント	
Ns が行う方略	実施と患者反応
【改善された結果】	

改善された結果

文章で記入しても構いません。

評価の際に、OAG、VAS、QOLなどの指標を用いて数値で示すことができる部分はそのように表示すれば、評価を他の専門職と共有しやすいでしょう。

*The Integrated Approach to Symptom Management*  
*看護活動ガイドブック*

＜口腔粘膜炎用＞

Ver.2

2017年3月改訂

《連絡先》

〒673-8588

兵庫県明石市北王子町 13-71

兵庫県立大学 看護学部 IASM 研究班 代表 内布敦子

e-mail: [a\\_uchinuno@cnas.u-hyogo.ac.jp](mailto:a_uchinuno@cnas.u-hyogo.ac.jp)

Tel & Fax +81-78-925-9435