

在宅慢性呼吸不全患者に対する訪問看護を中心とした地域連携による包括的呼吸ケアの展開

大平 峰子 氏

北信ながいき呼吸体操研究会
独立行政法人国立病院機構東長野病院

要旨

長期にわたる援助を必要とする慢性呼吸不全患者への対応の必要性を痛感し、地域連携による医療支援体制の構築を目的に、北信ながいき呼吸体操研究会を発足した。

我々は長野県北信地域の病院、診療所、訪問看護ステーションに勤務する医師、看護師、理学療法士、管理栄養士、大学研究者などの参加を得て研究会を設立し、慢性呼吸不全患者に対する地域連携による支援体制の構築およびエビデンスに基づく呼吸ケアプログラムの普及に取り組んできた。具体的には、1)慢性呼吸不全患者に対する地域連携による診療支援体制の構築とスタッフ教育、2)短期入院と訪問看護を中心とした在宅での継続支援を組み合わせた地域連携包括的呼吸ケアプログラムのクリニカルパス作成と効果検証、3)プログラム導入患者のQOL向上を目的としたレクリエーション活動の提案およびその支援などの活動を展開している。

在宅慢性呼吸不全患者の現状

本邦における在宅酸素療法使用者の多くを占めるとされる慢性閉塞性肺疾患(COPD;Chronic Obstructive Pulmonary Disease)は、喫煙等の刺激による肺の慢性的な炎症反応を基本病態とする呼吸器疾患であり、厚生労働省の統計によると2012年のCOPDによる死亡順位は全体で9位となっている。また、実際に診断され治療を受けている患者数はわずか23.3万人で、日本の約530万人が未診断の状態であると報告されており(NICE Study 2001)、健康日本21に新たに追加されるなど注目を集めている。COPD患者に対する呼吸リハビリテーションによる効果は、エビデンスとして確立されているが、病院退院後の訪問看護による長期的介入効果についての報告は乏しい。今後も、①心疾患や感染症などの他の原因による死亡の減少に伴いCOPDの死亡順位が上がる。②現在、心不全や肺炎などで死亡したとされている人の中にCOPD死が含まれると考えられるためCOPD診断率の向

上により死亡順位が上がるということが考えられている。このCOPD患者に対する呼吸リハビリテーションの臨床的意義は非常に高く、COPDの国際ガイドラインであるGOLD(Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease)のWorkshop Reportにおいても、COPD患者に対する呼吸リハビリテーションによる様々な効果が報告されている。

- 運動能力を増大する (Evidence A)
- 自覚的呼吸困難を軽減する (Evidence A)
- 健康関連QOL (Quality of Life) を向上させる (Evidence A)
- うつ気分や不安を軽減する (Evidence A)
- 生存率を改善する (Evidence B)

呼吸リハビリテーションのエビデンスについて

本会の設立経緯について

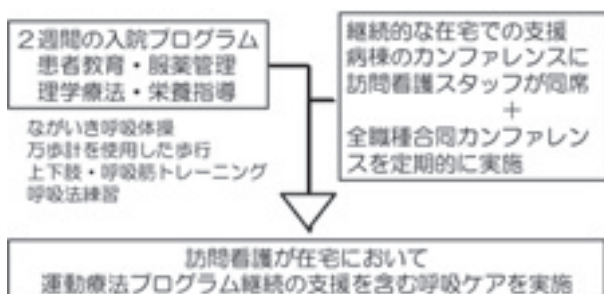
当研究会は結核療養所であった東長野病院での慢性呼吸不全患者に対する在宅酸素療法(HOT)診療のな

かで立ち上げられた内科系病棟の医師・看護職による自主的勉強会に端を発する。当時から月1回のミーティング、信州呼吸ケア研究会・日本呼吸管理学会等への参加を含めた研究発表、HOT患者会立ち上げとサポート(年2回ずつの呼吸器教室と日帰りバス旅行、HOTだより発行)などの活動を行ってきたが、それらの取り組みのなかで長期にわたる援助を必要とする慢性呼吸不全患者への対応の必要性を痛感し、地域連携による医療支援体制の構築を模索してきた。東長野病院では訪問看護部が存在しないことから在宅に戻る患者について地域保健師・外部訪問看護師と連絡票を用いて連携を取り合うことで在宅患者のフォローアップを行ってきたが、1999年4月よりこのような体制を活かして近隣の訪問看護ステーションに勤務する看護師を集めて東長野病院で呼吸リハビリテーションに関する講習会を開催した。また、訪問看護ステーションおよび老人保健施設でのながいき呼吸体操を用いたプログラムの効果を関連学会にて報告するなど研究会としての活動を開始させた。

2004年からは近隣の病院、診療所に呼びかけてエビデンスに基づく呼吸ケアプログラムの普及および実践を目的に東長野病院を中心として長野県北信地域の病院、診療所、訪問看護ステーションに勤務する医師、看護師、理学療法士、管理栄養士などの参加を得て現在の訪問看護を導入した多施設間包括的呼吸リハビリテーションプログラムを開始した。呼吸不全患者の多くは大病院志向が強く、当初は導入に難渋する例もあったが、かかりつけ医から大病院へ紹介して診断を行い、呼吸リハビリテーションを導入し、かかりつけ医へ戻すという連携体制の構築と医療者および患者の双方が納得できるエビデンスを出すために努力を積み重ね、関連学会にてその成果報告を行ってきた。

訪問看護を導入した多施設間呼吸リハプログラムについて
—長野県北信地区モデル—

訪問看護との連携による呼吸リハビリテーション



具体的な活動内容

1.呼吸ケアプログラムにおける地域連携の実践

地域連携による呼吸ケアプログラムでは、長野県北信地域の病院や診療所のいわゆるかかりつけ医から紹介を受けた患者を基幹病院で診断し、呼吸リハビリテーションプログラムの導入を図り、その後かかりつけ医のもと地域の訪問看護ステーションがプログラムを引き継いで在宅支援を継続し、急性増悪などが発生した場合には基幹病院が支援を行う体制を構築してきた。具体的には地域保健師・外部訪問看護師と連絡票を用いて連携を取り合っていた独立行政法人国立病院機構東長野病院(以下、東長野病院)の体制を活用し、訪問看護師などを対象として定期的な呼吸リハビリテーションに関する勉強会や症例検討会を開催し、スタッフ教育や施設間の情報交換などを行っている^{1,2)}。現在までにプログラム導入患者は120名を超え、6か月毎に基幹病院での定期的な肺機能、運動機能、ADL、健康関連QOLの測定を継続している。世界的にみても慢性呼吸不全患者に対する継続支援の効果を多施設での最長10年にもおよぶ長期経過から示した報告はわずかであり、我々の活動は慢性呼吸不全患者の呼吸ケアに貢献する有益な活動である。

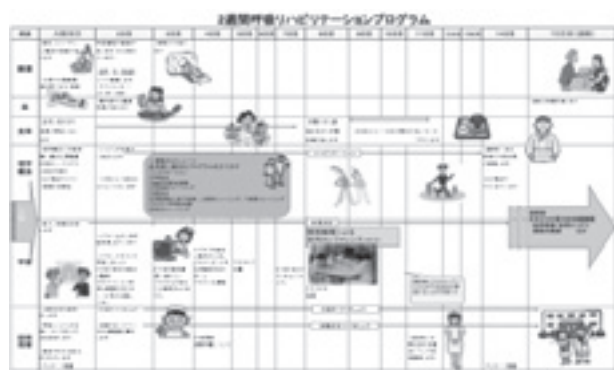
呼吸ケア・リハビリに関与する医療スタッフ



2.包括的呼吸ケアプログラムのクリニカルパス作成

呼吸ケアプログラムを普及・実践するため、2週間の短期入院呼吸リハビリテーションプログラムに訪問看護ステーションによる退院後の継続支援を合わせた包括的呼吸ケアプログラムのクリニカルパスを作成した。入院プログラムは生活指導、禁煙指導などの患者教育を中心に服薬・栄養管理、心理的サポート、運動療法を含む包括的な内容として統一を図り、退院後は訪問看護がプログラムを引き継ぎ、入院時よりカンファレンスに参加し情報の共有化を図ることで、在宅での継続的リハビリテーション

の実施を支援している。プログラムの効果として呼吸ケアプログラム導入群では6か月後に6分間歩行テストの歩行距離、その際の息切れ、健康関連QOLに有意な改善を認めたと、非実施群では歩行距離は低下、その際の息切れは増加を示し、健康関連QOLも低下したことを報告し、プログラム導入による運動耐容能や健康関連QOL改善の可能性を示した1-3)。また、訪問看護が介入することで急性増悪を未然に防止でき短期間の入院で事なきを得た症例も多く、入院期間や受診回数、医療費などにも影響を認めている。



包括的呼吸ケアプログラムのクリニカルパス
包括的呼吸ケアプログラムのクリニカルパス

3.在宅慢性呼吸不全患者のQOL向上に向けて

在宅慢性呼吸不全患者のQOL向上のため患者自らが活動性を高めることをサポートする取り組みとして、レクリエーション活動のサポートや慢性呼吸不全患者のQOLの実態の調査を実施している4,5)。特にフライングディスク競技には参加者の外出機会の創出や患者同士の交流などの効果が期待されており、これら活動が慢性呼吸不全患者の身体活動量およびQOLの維持・改善に与える影響についても検討を行っている。



フライングディスク競技の様子



毎月1回の定期練習会の様子

現在の活動状況

1.会全体の活動

本研究会全体の活動としては、約3か月に1回の定例ミーティングの実施、ミニレクチャーによるスタッフ教育などを中心に行っている。また、年1～2回の呼吸リハ関連の勉強会開催と外部講師の招聘を行っている。本研究会の研究成果を学会などを通じ研究発表を行い、多くの学会での受賞歴がある。

2.各部会の活動

本研究会には主に3つの部会に分かれており、それぞれ活動を実施している。詳細を以下に示す。

1)基礎研究部

- ・2004年～：日常業務でのデータ測定および管理および研究

2)フライングディスク(FD)部

- ・2007年10月～：東北大学 黒澤 一教授の勧めで開始
- ・2008年4月～：東長野病院HOT外来時練習場設置、月1回の長野市内合同練習会開始
- 北信フライングディスククラブ設立、長野県障害者フライングディスク大会への出場、自主大会・第1回HOTフライングディスク大会開催に発展
- ・参加患者はすでに包括的呼吸リハプログラムを導入されている例がほとんどであり、フライングディスクが患者の運動、精神面に与える影響について検討し、学会発表を実施

3)管理栄養士部

- ・2006年～：学会発表を実施
- ・2011年2月～：リハ導入担当3 病院の管理栄養士合同勉強会を2か月毎に行い活動

研究参加施設

1.基幹病院(6か所)、診療所・その他(19か所)

独立行政法人国立病院機構東長野病院・厚生連篠ノ井総合病院・長野市民病院・新生病院・飯山赤十字病院・町立飯綱病院・安達医院・甘利内科呼吸器科クリニック・安茂里堀越内科クリニック・磯村クリニック・大口医院・太田糖尿病内科クリニック・川中島クリニック・北信州診療所・小谷医院・さかまき内科クリニック・しのぎ内科呼吸器科クリニック・清水内科クリニック・鈴木医院・ながさき医院・中島医院・長野市国保戸隠診療所・中尾内科医院・三浦医院・松寿荘

2.訪問看護ステーション(15か所)

相澤訪問看護STひまわり塩尻営業所・飯綱訪問看護ST・飯山赤十字訪問看護ST・須高訪問看護ST・長野市民病院訪問看護ST・長野赤十字病院訪問看護ST・訪問看護STあいあい・訪問看護ST希望・訪問看護STこもろ・訪問看護STしののい・訪問看護STとがくし・訪問看護STとよの・訪問看護STながの(いなさと・ふるさと)・訪問看護STふれあい田町・訪問看護ST嫩草

本研究会活動の受賞歴

- 1.大平峰子, 石川 朗, 山中悠紀, 鏑木 武, 金子弘美: 奨励賞受賞報告 北信ながいき呼吸体操研究会の活動. 日本呼吸ケア・リハビリテーション学会誌 22: 276-279, 2012(学会奨励賞)
- 2.小谷素子, 大平峰子, 黒澤 一, 石川 朗: HOT患者のQOLとフライングディスク競技, 第23回信州呼吸ケア研究会, 長野, 2011.9(優秀賞)
- 3.中村由香, 奥野裕佳子, 山中悠紀, 大平峰子, 石川 朗: 訪問看護を導入した多施設間呼吸リハビリプログラムについて～栄養指導が有用であった著しい痩そう患者1症例, 第33回長野県栄養改善学会, 長野, 2010.11(学会賞)
- 4.松澤美雪, 奥野裕佳子, 山中悠紀, 大平峰子, 石川 朗: 訪問看護を導入した多施設間呼吸リハビリプログラムについて～栄養指導が有用であった著しい痩そう患者1症例, 第22回信州呼吸ケア研究会, 長野, 2010.9(優秀賞)
- 5.小谷素子, 石川 朗, 大平峰子: 訪問看護を導入した多施設間呼吸リハビリプログラムについて～導入前1年・導入後2年間の総医療費・入院状況からの分析～, 第20回信州呼吸ケア研究会, 長野, 2009.9(優秀賞)
- 6.山岸茂則, 奥野裕佳子, 石川 朗, 大平峰子: 訪問看護

におけるCOPD患者の呼吸リハビリテーション継続の費用対効果, 第19回信州呼吸ケア研究会, 長野, 2007.10(優秀賞)

文献

- 1.黒岩みさえ: 短期呼吸リハビリ入院プログラムにおける訪問看護の有効性. 財団法人大同生命厚生事業団第11回「地域保健福祉研究助成」第13回「ボランティア活動助成」報告集 145-149, 2006
- 2.森山いづみ・他: 訪問看護を導入した多施設間呼吸リハビリテーション入院プログラムの研究. 医療の広場 7: 17-23, 2006
- 3.石川 朗・他: COPDの地域医療連携モデル: 北信モデル 訪問看護を導入した多施設間呼吸リハビリテーション入院プログラム. 独立行政法人環境再生保全機構委託業務 COPD患者の病期分類等に応じた健康管理支援, 保健指導の実践及び評価手法に関する調査研究報告書(木田厚瑞研究班)30-35, 2008
- 4.山中悠紀・他: SF-36による慢性閉塞性肺疾患患者の健康関連QOL調査. 北海道リハビリ34: 63-67, 2007
- 5.原田友義・他: フライングディスクとの出会い HOT患者の立場から, 日呼ケアリハ学誌20: 268-271, 2010