

交換ノート使用による母親の不安軽減を目指した援助

～家族看護論を用いて～

北2階病棟 波瀬山 恭子

キーワード：母子分離，愛着形成

I. はじめに

人生の第一歩である大切な時期に母子分離状態を余儀なくされた場合、母親の精神的不安は強いとされている。今回、私は早産で低出生体重（以下LBWIとする）の双胎を受け持つこととなった。母親は初めての出産で、不安が感じ取られた。しかし、限られた面会時間の中では母親と看護師の関わりには限界がある。多くの施設では、母親の不安軽減を目指して「交換ノート」が取り入れられており、先行研究によりその有効性が示唆されている。今回の症例において、交換ノートがどのように不安軽減に役立ったか家族看護論を用いて整理し考察を行ったので報告する。

II. 概念枠組み

鈴木、渡辺らの家族看護論とは、1. 健康問題の全体像、2. 家族の対応能力（構造的側面、機能的側面）、3. 家族の発達課題、4. 過去の対処経験、5. 家族の適応状況、6. 家族の対応状況の家族アセスメント構造でアセスメントすることで全体像を把握し、問題点を明らかにし介入していくことである。

III. 研究方法

研究デザイン：事例研究

倫理的配慮：母親へ研究目的、方法、個人が特定されないこと、途中で参加を中止できることを説明し承諾を得た。

対象の選定：初産、早産、低出生体重、双胎である児の未熟児室入院により母子分離が余儀なくされた母親

調査期間：H17.8.10～H17.8.26

データの収集方法：看護師と母親間で交換ノートのやり取りを行う。退院日に、その感想をインタビューする。更に、日々の看護記録から情報を得る。

分析方法：得られた情報を、鈴木、渡辺らの「家族アセスメント構造」をもとに整理する。それをもとに、交換ノートがどのよ

うに不安軽減に役立ったか考察していく。

IV. 分析・結果

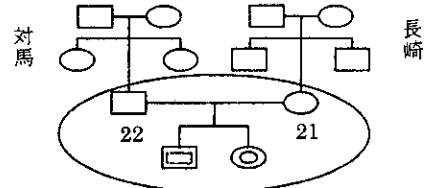
1. 健康問題の全体像

入院までの経過：妊娠35週2日に陣痛発来し、第2子骨盤位のため緊急帝王切開となる。LBWI（Aくん2282g、Bちゃん1940g）のため当科入院となる。

入院後経過：全身状態は良好であった。体重増加は順調であり、Aくんは日齢14に（2418g）、Bちゃんは日齢16に（2236g）、両親の希望にて別々の日に退院となった。

2. 家族の対応能力

A. 構造的側面



父は、営業の仕事をしており、休みは日曜日のみであり、8時に出勤し22時に帰宅する。母は、専業主婦である。今年1月に結婚、妊娠を機会に3月にJ区からM区に引っ越し、近所に知人はいない。実家の近所には医療機関がないため里帰りはしない。

B. 機能的側面

面会は、母は毎日あり、父は休みの日と仕事帰りであった。両親は、これまで新生児に触れたことがなく、初産で、早産、双胎、LBWIであり、分からないことも多いと思われた。しかし、面会時、両親からスタッフへの質問はあまりなく、児との接し方にも戸惑いがあるように見えた。

家では、新しい生活に慣れるまで母方祖母が手伝いに来ており、協力は得られていた。

3. 家族の発達課題

今まで赤ちゃんを抱いたことがない両親がわが子の育児を任せられることとなる。初めての育児を体験することとなり、未知の役割をひとつひとつ学習し、それまでの

家族の生活全体に育児役割を統合していくことが課題となる。

4. 過去の対処経験

結婚して8ヶ月、今回の出産は両親にとって初めての経験で大きなイベントである。

5. 家族の適応状況

家族の健康状態は心身ともに良好である。夫婦間でコミュニケーションもとれ、児のことに對し一緒に考えている。祖父母や両親のきょうだいは遠方に住んでいるが、退院後は協力が得られる。

6. 家族の対応状況

母親は面会時、児に恐る恐ると触れ、表情にも笑顔は少なかった。母親からのスタッフへの言葉での表出はあまりなく、短い面会時間内だけでは思いを把握することが困難であった。不安を抱いたままであれば今後の育児不安の増強にもつながり、愛着形成にも影響が及ぶことも考えられた。そこで、母親の思いを知り、援助することで不安の軽減を図ろうと交換ノートを用いた。母親へは、質問、児への思いやスタッフへの要望など自由に記載してよいこと、母親以外に父親の参加もしてよいことを伝えた。母親は、交換ノートは欠かさず、質問や児への思いなどページいっぱいに記載していた(交換ノートの内容について表1参照)。また、嬉しい、不安などの思いを顔の絵を用いたりカラフルなページにしたり児への愛情も十分に表現されていた。そこで、スタッフは質問へわかりやすく答え、児の体重や一日の様子は毎回記載した。そして、母が前向きに児と接していけるよう励ましていった。また、スタッフも色鉛筆で絵を描き、シールや児の写真を貼り、家族にとって手にしたくなるようなオリジナルのノートを目指した。その結果、仕事で忙しい父も、交換ノートに目を通し、一度記載があった。退院時には、母親からは交換ノートで聞きたいことは聞け、不安も軽減できたとの反応があった。

V. 考察

安田は、「児はすぐにNICU入院となるために、児の様子を見ること触れることができない、十分な情報も共有できないことで児のイメージもわからず母親の不安を増強させる」¹⁾と述べている。今回、母親は面会時、児への接し方にもぎこちなく、感情の表出も少なかった。しかし、交換ノートへの記載は毎回1ページにわたっており、

その中で不安や感情、思いを表出していた。面会時間は限られており、その時間内だけで気持ちの整理をすることは難しく、面会后にゆっくり振り返ることで直接聞きづらいことでも交換ノートへ十分に思いの表出ができる。普段、会話の中での思いの表出が少ない場合は、特に交換ノートは思いの表出を助けると考えられ、この母親にとって有効な手段であった。母親の関心をひくノートを作成することで、交換ノートへの記載を継続して行うことができた。また、思いを知ることで、看護者は必要とされている支援が行える。

そして、母親の不安の内容は、児の状態のことから退院後の育児のことへと変化していた。児の入院から数日間は、その状況を把握し受け入れることに精一杯であったが、児の状態が安定してくると、育児手技を獲得しながら具体的に考えられるようになったのだろう。母の不安に対してタイムリーに的確に応え、支持的な態度を示していくことで、看護者を育児の支援者として認識するようになったと考えられる。家族にとって、スタッフも児のことを真剣に考えていると実感してもらうことが重要であり、そのやりとりを通して信頼関係を築くことができる。この家族にとっては、初めての育児にも関わらず、近所に頼れる者がいなかったため、看護者を身近な育児支援者と認識してもらうことが大切であった。

父親にとっても、我が子の状況が分からないのは不安であった。父親の「いつも仕事で会えないので、こういうノートがあると助かる」、「順調に育っているようで安心した」という交換ノートへの記載から、交換ノートは面会が難しい家族にとっても情報を共有するための手段として役立つことが分かった。

退院時に行ったインタビューでは、交換ノートを使用することで聞きたいことを聞け、多くの不安を軽減できたことが分かった。一方で、面会時間をもっと長くして欲しいという思いもあった。当科での面会時間は基本的に一時間となっており、状況に応じ対応していたが、今後検討していく必要はある。家族は、面会が終わると我が子がどう過ごしているか心配に思うだろう。交換ノートに、母親が知りたがっていた面会時間外の児の様子を伝えていくことで、親子間の隙間を多少埋めることができたの

ではないかと考える。

VI. 結論

- ・交換ノートは、不安や思いなど感情の表出を助ける。普段の会話の中で感情の表出が少ないこの母親にとって有効であった。
- ・交換ノートは、家族と看護者間のコミュニケーションを深め信頼関係の構築につながる。
- ・交換ノートは、母親以外の家族にとっても情報を共有するための手段となる。
- ・交換ノートは、家族の知らない情報を提供する場となり、会えない時間を埋めるのに役立つ。
- ・交換ノートは家族の不安軽減の一手段として有効である。

VII. おわりに

今回は、「家族アセスメント構造」をもとに家族の情報や家族への介入、結果を整理し、交換ノートがどのように不安軽減に役立ったか考察するという手順で行った。その結果、項目ごとに分かれており、整理しやすかった。しかし、今後は家族看護論を念頭に置き、介入するまでに家族アセスメント構造から全体像を把握し、問題点を明らかにした上で介入していきたいと思う。

VIII. 引用・参考文献

- 1) 安田司：出産後分離状態を余儀なくされた母親への援助—交換ノートによる不安の軽減を試みて—、P115-119、津山中病医誌 18 (1)、2004。

表 1：交換ノートへの記載内容

日付	質問	思い	日付	看護師の返事
8.13 (クベース)	<ul style="list-style-type: none"> ・児の一日の過ごし方 ・おむつ交換、ミルクの回数や量 ・体重 ・どういう状態になればコット移床できるか 	<ul style="list-style-type: none"> ・元気に産んであげたかった ・なるべく会って児に慣れたい ・分からないことだらけで不安 ・良いことも悪いことも知りたい 	8.14	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・質問への返答 ・励まし「早く産まれてきたのは両親に早く会いたかったからですよ」 ・共感「早く抱っこしたいですね」
8.15	<ul style="list-style-type: none"> ・クベース内での動きがお腹の中の時と同じでびっくり ・Aくんの寝相が夫と同じで驚いた ・Bちゃんのミルクあげは簡単で安心した ・Aくんの点滴が外れたのと、2人のミルク量が増えていて安心したのと嬉しかった ・個性があるな ・体重が増えたのを早く夫に知らせたい 		8.16 (Aくんコット)	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・共感「個性豊かですね」 ・哺乳の手技が慣れてきたことを容認
8.17	<ul style="list-style-type: none"> ・うんちにも色や形に個人差があるのか 	<ul style="list-style-type: none"> ・目が開いてきて嬉しくなる ・面会が待ち遠しい ・初めての抱っこで感動して泣きそうだった ・Aくんは初めての直接母乳でうまく吸えないのは当然だけど、吸う力の強さにびっくり ・早くBちゃんも抱っこしてあげたい 	8.18	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・質問への返答 ・励まし「直接母乳は焦らずA君のペースで頑張らしましょう」
8.19 (Bちゃんコット)	<ul style="list-style-type: none"> ・Aくんの退院は何日後くらいか ・2人とも退院があまり変わらないなら一緒にいるのが良いのか 	<ul style="list-style-type: none"> ・Bちゃんはしっかりおっぱいを吸ってくれて安心した ・いつも仕事で会えないので、こういうノートがあると助かる(父) ・順調に育っているようで安心した(父) 	8.20	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・質問への返答 ・励まし「一緒に頑張っていきましょう」 ・直接母乳の手技に問題ないことを容認
8.21		<ul style="list-style-type: none"> ・夫が児と接する時間が少なくて寂しそう ・Aくんと生活に早く慣れたいので先にAくんだけ退院させたい ・BちゃんはAくんと比べて小さいから、沐浴の時に落としてしまわないか不安になる 	8.22	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・励まし「不安になることは当然です、少しずつ慣れていきましょう」 ・退院後の準備が整っているかの確認
8.23	<ul style="list-style-type: none"> ・哺乳の時に毎回直接母乳を5～10分くらい練習しようと思うが、泣いて嫌だった時どうすればよいか ・おむつ交換を授乳の前に行っているが、授乳後もうんちやおしっこをしていたら取り替えたほうが良いか ・ミルクの量の増やし方の目安 ・Bちゃんの面会について今まで通り会えるか 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミルクの時間に少し不安はあるがゆっくり慣れていこうと思う 	8.24 (Aくん退院)	<ul style="list-style-type: none"> ・体重 ・ミルク量 ・児の状況 ・質問への返答 ・心配なことの確認 ・励まし「育児は大変だけど楽しんでください」
8.26 (Bちゃん退院)		<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中から不安だったが、交換ノートを始めて、随分解消することができた ・ノートに支えられた ・教えてもらったことを励みに楽しんで児と生活していきたい 		