

# 認知症患者へのストーマセルフケア支援 ～バリデーション法を用いた反復練習を実践して～

キーワード：認知症 人工肛門 ストーマ セルフケア バリデーション

登 安奈

## I. はじめに

私は、消化器外科病棟に所属しており、ストーマ造設患者も多く患者や家族へストーマセルフケア獲得を目指して指導する機会が多い。以前、認知症がありせん妄を来した経緯がある患者に対し、家族を含め、根気強くストーマセルフケア指導を行った。当初はストーマの認識すらできていなかった患者が、トイレで便を破棄している姿を見てかなりの衝撃を受けたことがある。

認知症患者が便を破棄する手技を獲得するためには、主に①反復練習、②受容的な関わり、③個別性の尊重の3つが有効であるとされている。ナオミ・フェイル氏によって開発されたバリデーション法は、認知症高齢者に敬意と共感をもって関わり、ケアする側、される側ではなく、人と人との関係を築くためのコミュニケーション法として有効であるとされている。認知症の重症度にかかわらず実践できるテクニックだが、それを用いたストーマセルフケア支援に関する研究はまだ行われていない。バリデーションの基本的な考え方には、「受容的な関わり」「個別性の尊重」が含まれているため、バリデーション法を用いた反復練習を実践することで、対象と早期に人間関係が構築され、ストーマセルフケア確立につながるのではないかと考えた。

## II. 研究目的

バリデーション法を用いた反復練習が認知症患者へのストーマセルフケア確立へ向けた介入として有効であるかを明らかにする。

## III. 用語の定義

ストーマ：人工肛門

ストーマセルフケア：認知症患者へのストーマセルフケア支援に関する先行研究を踏まえ、

「患者が自身でストーマからのガス抜きやパウチに貯留した便を破棄すること」とする。バリデーション：あらゆる認知症と診断された高齢者とのコミュニケーションを図るための方法のひとつ。尊敬と共感をもって関わることを基本としている。

バリデーションテクニック 14項目：①センターリング（相手に集中する）②相手の「事実」に基づいて会話する③リフレージング（相手の言うことを繰り返す）④極端な表現を使う⑤反対のことを想像してもらい⑥思い出話をする⑦真心を込めたアイコンタクトを保つ⑧相手に合わせて曖昧な表現を使う⑨はっきりとした低い、優しい声で話す⑩ミラーリング（相手の動きや感情に合わせる）⑪満たされていない人間的欲求（感情）と行動を結びつける⑫相手の好きな感覚を用いる⑬タッチング⑭音楽を使う

## IV. 研究方法

### 質的研究

1. チーム全体に研究目的、バリデーションの原則・テクニック・基本的態度の3つを理解してもらう。
2. チームスタッフ全員がバリデーション法を習得した上で、対象にバリデーションテクニックを用いてストーマセルフケア指導を実践する。指導は、ストーマを見る（受容・認識）ことからスタートする。一度の指導で14項目全てを用いる必要はない。
3. その日のパートナーであるスタッフが、実施場面で用いられたバリデーションテクニックと対象の反応、状況を記録する。

## V. 倫理的配慮

家族に研究目的、個人情報保護、途中辞退、結果の公表などについての書面を用いて

説明し同意を得た。また、福岡赤十字病院の倫理委員会の承認を得た。

## VI. 事例紹介

A 氏 80 歳女性。S 状結腸癌・子宮浸潤・骨盤膿瘍に対し、横行結腸人工肛門造設術を受けた。術後せん妄を来し、術後 2 日目に離脱。ADL はほぼ自立。血管性の認知症がある。米びつに生肉を入れたり辻褃の合わない会話をしたりするなど、注意障害や感覚性失語もみられる。キーパーソンである甥嫁のサポートを受けながら独居生活を送っていた。家族の希望があり、癌であることは未告知のまま手術となったが、術前 A 氏は OP を強く拒否していた。今後は緩和治療へ移行していく方針。ニーチャムスケール：手術前 18 点、手術後 21 点。HDS-R：手術後 9 点。

## VII. 実施・結果

バリデーション法を基に # ストーマセルフケア支援の看護を立案。看護計画に沿ってチームスタッフが毎日統一した介入を行い、介入内容や患者の反応を細かに看護記録に記載した。詳細は、表 1「A 氏のストーマセルフケア確立過程」参照。

A 氏は、擬音語や同じフレーズを繰り返すことが多かったため、看護師も同じ言葉を用いて関わることで混乱が軽減されるのではないかと考え、A 氏と同じ言葉を用いて指導を行った。また、A 氏のペースを崩さずこだわりを尊重するような関わりを行った。

## VIII. 考察

### 1. 認知症患者のストーマセルフケア確立過程

A 氏は夫と死別後した後、認知症を発症した現在も独居生活を送っている。親戚のサポートを得ながらの生活を送っていたが自立心がとても高く、入院中も自分のことは自分でしたいという気持ちが強かった。ストーマセルフケアに関しても、すぐに自分で全てしたいという思いがみられるようになった。A 氏のベッド回りはいつも整頓してあり几帳面な

性格であった。綺麗好きであり手先も器用なため、始めのうちから声かけを行えばすぐに行動に移すことができていた。排泄口を拭く際は、トイレットペーパーではなくおしり拭きシートを用い、あらかじめ正方形に 4 分割に切ったものを数枚とビニール袋をトイレに持参するなど、準備から丁寧に行うようになった。指導時には、バリデーションテクニックを用いて受容的な関わりを行うことで、A 氏の行動を否定せずに、取り入れ、見守る姿勢を通じた。小川ら<sup>2)</sup>は、高齢患者へのストーマ管理指導では患者の状況に適したケアを行う必要があると述べている。本事例での強みは、A 氏の「自立心」と「几帳面さ」である。バリデーションの原則である全面受容・個別性の尊重に重きを置き、A 氏のこれまでの生き方を尊重した関わりを行うことで、A 氏の意欲的な発言やストーマセルフケアに対する前向きな発言といった行動の原動力になったと考えられる。よって、ストーマセルフケア確立過程において、患者のこれまでの経験や価値観は大きく影響していると言えるだろう。

指導 7 回目頃には、便破棄のタイミングも掴めるようになり、自らトイレへ赴くことが多くなってきた。指導回数を重ねるごとに A 氏は手技を獲得していき、その度に A 氏のペースに合わせて、装具に触れる、便破棄、便破棄に行くタイミングを掴むまで、低いところから少しずつ目標を設定し、タイムリーに修正してきた。目標を低いところから設定したことにより、必然的に成功体験が多く味わえるようになった。一般的に、患者の自己効力感を高めるアプローチは患者の行動修正に有効であるとされている。バリデーション法を用いた関わりを行うことで、A 氏がプラスな言葉を多く受けることができ、意欲も持てるようになったのではないだろうか。また、全ての指導時に用いられた④センタリングは、

患者の個別性を取り入れたタイムリーな目標設定において、重要なテクニックだと言えるだろう。認知症患者に対し、個別性を考慮して目標設定すること<sup>3)</sup>と、患者の心理的状況・身体的状況の側面から現在患者がどのような状況にあるのかをアセスメントし、受容過程に合わせた看護介入・自己効力感を高めるような働きかけること<sup>4)</sup>は、ストーマセルフケア確立に有効であると言われており、今回のA氏に合わせたタイムリーな目標設定は、ストーマセルフケアの確立に有効であったと考えられる。

以上より、「これまでの生き方を尊重した関わり」や「個別性を大事にしたタイムリーな目標設定」を通して、A氏は便破棄をできるようになった。本研究において、ストーマセルフケアとは自身で便破棄を行うことであり、A氏はストーマセルフケアを確立できたと言える。

## 2. バリデーションを用いた反復練習の効果について

A氏は便破棄の際に、「くるくる」「津波」「きゅきゅ」「ずずず」など、擬音語や以前も使用していた言葉を頻繁に使用していた。その際、看護師はA氏と同じ言葉を用いて指導することでA氏の混乱を軽減できるのではないかと考え、全員がA氏と同じ言葉・表現を用いて指導するよう心掛けた。これは、バリデーションテクニック③⑦⑩に該当し、A氏は自分の言っていることが相手に伝わっていると安心し、好きな感覚を共有できたことで落ち着きを得ることができたと言える。また、看護師もA氏のミラーリングを行うことで、A氏の世界観に入りやすくなり、信頼関係の構築にも繋がったと考える。バリデーション法を用いた介入を行うことで、看護ケアの統一を図ることができ、A氏に対して統一した指導を行うことができた。バリデーション法を通して行うタッチングや見守る姿勢は、A氏に情緒的な安心感を与えたのではないだろ

うか。バリデーション法を基にした非言語的コミュニケーションは、A氏の緊張や不安を取り除き、ストーマを自身の新たな排泄経路として受容し、ストーマセルフケア確立へ向けて練習を行う過程に大きな影響を与えたと考える。

これらは始めに述べた、認知症患者がストーマセルフケアを確立するために有効とされている「受容的な関わり」と「個別性の尊重」に当たる。これらをもう一つ有効だとされている「反復練習」するには、看護師が根気強く関わることは必要不可欠である。認知症患者に対するストーマセルフケア支援を初めから諦めるのではなく、繰り返し統一した介入を行った看護師の根気強さが、最も重要だったと言えるのではないだろうか。

1.2より、今回の症例において、バリデーション法を用いた反復練習は、認知症患者へのストーマセルフケア確立に向けた介入として有効だった。

## IX. 結論

個別性のある目標設定をし、バリデーション法を用いて反復練習を行うことは、認知症患者のストーマセルフケア確立への介入として有効である。また、それを実践するには、看護師の根気強い統一した関わりが重要であることが分かった。

## X. 引用文献

- 1) 三田村知子：認知症高齢者とのコミュニケーション「バリデーション」に関する研究動向、総合福祉科学研究、2015年
- 2) 小川翔平・柴田若菜：高齢患者のストーマ管理習得に向けて、東海ストーマ・排泄リハビリテーション研究会誌、P26-29、2020年
- 3) 佐野一成・黒田星香：術後せん妄を発症した認知症高齢者への難渋するストーマケア指導、STOMA、P25、2019年
- 4) 馬場里香・山田好鶴、自己効力を活用した尿路ストーマセルフケアの早期確立支援、泌尿器ケア誌、P86-93、2005年

表1 A氏のストーマセルフケア確立過程

術後日数 (指導回数)	患者の反応 (S)	看護ケアの実践・患者の反応 (O)	バリデーション テクニック	看護師の評価・目標
術後3日目 (1回目)	「これは何ですか？便ですか！」「あー、ここからね。ここを剥がすの？綺麗にしましょううね。5~6回すれば出来そうよ。」	初めてストーマを目にして衝撃を受けていた。A氏がストーマやストーマに触れている時間にマイナスなイメージを抱かないよう、目線を合わせ、アイコンタクトを保つなど工夫した。	① ③⑦⑨⑬	まずは、「ストーマを見てパウチに触れることができる」が目標。患者は綺麗好き、手先が器用だと分かった。
術後4日目 (2回目)	「くるくるっとな。ここを閉じていたら、うんちが落ちないの。私のことなのに、私が見えなくてどうするの。」	前回の指導内容を一部覚えており、軽い声かけで便破棄できた。指導時は、真剣に看護師の指導を聞き実践している。全ての行為に興味津々であり、全てを自分でしたいという思いが強い。A氏の自立心を損なわないよう、A氏の意欲を尊重した。	①③⑦⑥⑨⑩	ストーマ管理にとっても意欲的。ストーマセルフケア確立は、十分達成可能な目標だと感じた。「便を破棄することができると目標に介入を継続する。
術後5日目 (3回目)	「これ津波みたいでしょ？くるくるってね。これをどうやってする？」「昨日も熱心に教えてくれてね、ここを切ったの。」	ストーマからガスが出るときを「津波」と表現している。A氏の用いる言葉を否定せずA氏の世界観に入り込むように、看護師も繰り返して使用した。	①②③⑦⑧⑨⑩⑬	自ら取り組みようとする姿勢を感じることができた。
術後7日目 (4回目)	「ここはまだ昨日変えたばかりだから知らないの。くるくるっとな、もう一回かな？ここは綺麗に拭いとかないとね。」	便が溜まったことに自分で気づくことができるようになった。便破棄に意識を集中してもらおうようにすると、手技を思い出し言葉にしながら実施していた。	①②⑦⑨⑬	少しずつ慣れてきてきているが、まだ介助が必要な状況。
術後8日目 (5回目)	「こうすれば紙がすくなくて済むでしょ？手もあんまり汚れなくていいね。」	会話内容は支離滅裂なところもあるが、ポジティブな発言が多い。	① ②⑦⑨⑬	排せ口を拭く際のこだわりを尊重するような関わりを行った。
術後9日目 (6回目)	「これね、きゅきゅっとなとして、ずっと出すの。波が来るのよ、大波が。これね、わざと正方形に切っているの。」	何とか全て自分でしようと試みている。ほとんどの手順を指導なしで行えた。A氏の独特な表現をそのまま使用し指導を行った。	① ②⑦⑨⑩⑬	同じような言葉を用いることで、混乱が軽減されるのではないかと感じた。
術後10日目 (7回目)	「捨てに行く。ここまで拭いてあげたら綺麗になるね。このくるくるっとなか、ばりばりっとなのが気持ちいいのよ。」	A氏と目線を合わせそっと見守った。見守りのみで便破棄可能。パウチに愛着をもっているように見え、パウチに話しかけながら丁寧に実施している。	①②③⑦⑧⑨⑬	「便破棄のタイミングを掴むことが出来る」を目標に指導を継続する。
術後11日目 (8回目)	「一人で大丈夫よ。この子のお陰で命拾いたからね、血ももう出ない。感謝しないとね。」	見守りのみで実施可能。ストーマに感謝の言葉を述べるなど、ストーマを受容し愛護的に関わる様子が見られた。	① ②③⑦⑨⑩⑬	ストーマセルフケアに関して、自立心が芽生えている。
術後12日目 (9回目)	「捨てようか。」	看護師の声かけなしで便破棄に赴いた。	①⑦⑬	ストーマセルフケア確立。
術後13日目 (10回目)	「今から捨てに行く。これをこうして捨てるんしょ？」	看護師の声かけなしで便破棄に赴いた。	① ⑦⑬	便破棄のタイミングを掴むことができた。目標達成。