

平成 25 年 8 月 13 日

公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団

2012 年度（前期）一般公募「在宅医療研究への助成」

障害のある高齢者のストレス対処能力に  
排泄およびトイレ環境が及ぼす影響

完了報告書

高橋 競

東京大学大学院医学系研究科

国際地域保健学教室

# はじめに

## 背景

世界に類をみない速度で超高齢社会になった日本において、障害のある高齢者（以下、在宅要支援・要介護高齢者）は様々な問題に直面している。例えば、外出頻度が週に一度かそれ未満の状態である「閉じこもり」は、認知症や寝たきりにつながる大きな健康・社会問題になっている。また、心身機能の低下により生じる尿失禁や便失禁は、身体的健康だけでなく、心理社会的健康にも大きな負の影響を及ぼすものとして知られている。

近年、ストレスを跳ね返す力として注目を集めている「心理的レジリエンス」は、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者の閉じこもりを予防し、積極的な社会参加を促進する可能性を持っている。当然のことながら、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者の社会参加には、失禁の医学的治療が基本かつ重要である。しかし現状においては、それを受けていない者も多い。状況改善のためには、医学的治療の啓発に加え、心理的レジリエンスに注目することもまた重要である。しかし、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者の社会参加への心理的レジリエンスの影響に焦点を当てた研究はこれまで行われていない。

## 目的

本研究は二つの目的を持つ。まず、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者における閉じこもりと測定可能な心理的レジリエンスであるストレス対処能力との関連を明らかにすること。そして、失禁がありながらも積極的に社会参加している在宅要支援・要介護高齢者のレジリエントな心理特性を質的研究法により分析することである。

## 方法

千葉県君津地域（木更津市、君津市、袖ヶ浦市、富津市）において、量的研究と質的研究を組み合わせた混合研究（説明的デザイン参加者選定モデル）を実施した。対象者は、要支援1・2または要介護1・2の認定を受け、65歳以上で、在宅で生活していた者とした。重度の認知症があった者は除外した。

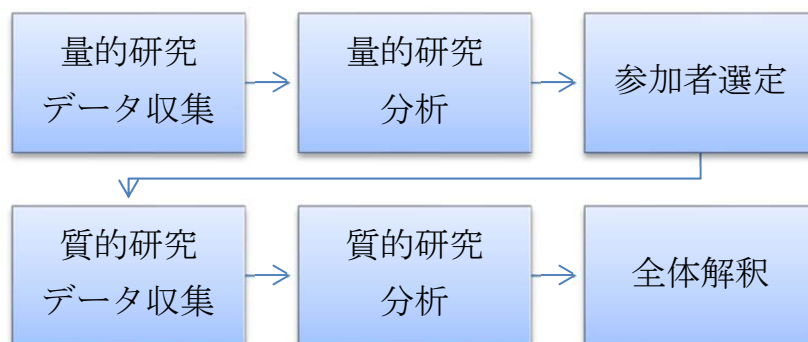
### 量的研究

介護支援専門員95名による質問票を用いた訪問調査を実施した。質問票には、基本属性、要支援・要介護度、現疾患の種類、認知症高齢者の日常生活自立度、外出頻度、日常生活動作（食事、移乗、整容、入浴、歩行、階段、更衣、トイレ動作）尿失禁、便失禁、排尿・排便に関する心理的ストレス、心理的因子（受領的ソーシャルサポート、主観的ソーシャルキャピタル、ストレス対処能力）を含めた。対象者413名からの回答を、記述統計、二変量解析、ロジスティック回帰分析により解析した。

### 質的研究

量的研究の参加者のうち、失禁がありながらも毎日のように外出していた11名を選定した。プライバシーの守られた場所において、対象者一人ひとりにインタビューガイドを用いた半構造化インタビューを実施した。インタビューガイドには、社会参加、失禁の心理的ストレス、人生の志向性、ソーシャルサポート、ソーシャルキャピタルに関する開かれた質問を含めた。対象者の同意を得た上で、全てのインタビューデータを録音し逐語録に起こした。分析は主題分析により行った。対象者の積極的な社会参加に影響する心理特性と環境因子について、演繹的かつ帰納的に作成した主題を繰り返し比較した。さらに、全ての主題の関係を表す概念図を作成した。

説明型デザイン参加者選定モデル

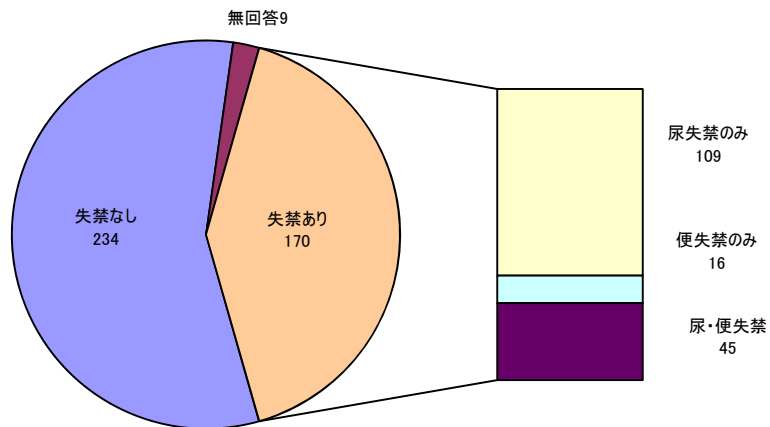


# 結果

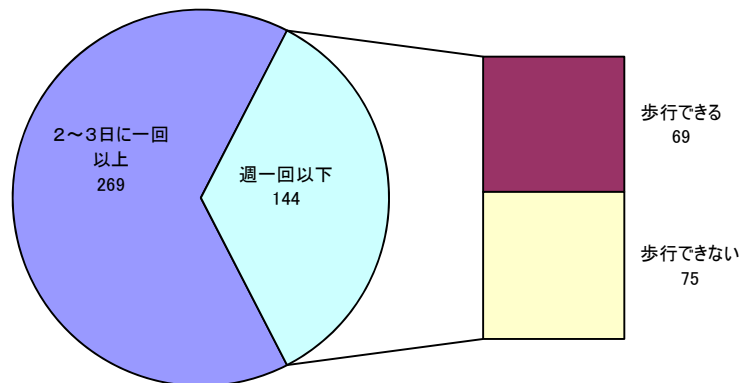
## 量的研究

量的研究の対象者のうち、尿失禁または便失禁のあったものは 170 名（41.2%）であった。また、外出頻度が週に一度かそれ未満の閉じこもりは 144 名（34.9%）であった。

在宅要支援・要介護高齢者の失禁



在宅要支援・要介護高齢者の閉じこもり(外出頻度)



ロジスティック回帰分析の結果、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者の閉じこもりには、歩行に介助を要すること（AOR 3.05, 95%CI 1.28-7.26）、トイレ動作に介助を要すること（AOR 3.77, 95%CI 1.40-10.11）、そしてストレス対処能力(有意味感)が低いこと（AOR 0.74, 95%CI 0.61-0.91）が関連していた。

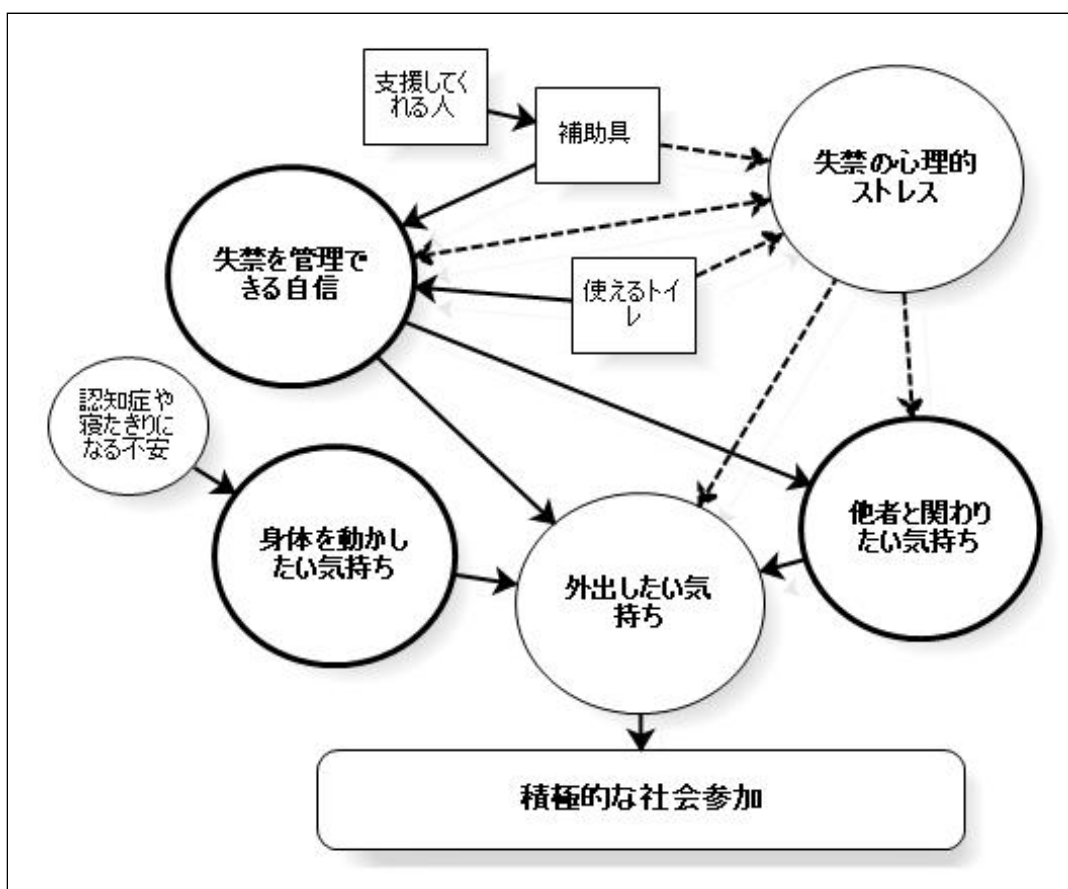
失禁のある参加者における閉じこもり関連因子 (N=150)

変数	AOR	95%CI
基本属性		
年齢*	1.00	0.94-1.06
居住状況		
家族と同居	1.00	
独居	2.47	0.93-6.56
日常生活動作		
歩行		
自立	1.00	
要介助	<b>3.05</b>	<b>1.28-7.26</b>
トイレ動作		
自立	1.00	
要介助	<b>3.77</b>	<b>1.40-10.11</b>
心理的ストレス		
排尿に関するストレス		
ストレスなし	1.00	
ストレスあり	1.81	0.70-4.68
排便に関するストレス		
ストレスなし	1.00	
ストレスあり	0.46	0.16-1.30
心理的因子		
受領的ソーシャルサポート		
家族*	1.27	0.99-1.63
大切な人*	0.97	0.77-1.21
友人*	1.06	0.98-1.16
主観的ソーシャルキャピタル*	0.95	0.85-1.05
ストレス対処能力		
把握可能感*	1.07	0.93-1.22
処理可能感*	1.10	0.94-1.29
有意味感*	<b>0.74</b>	<b>0.61-0.91</b>

\* 連続変数

## 質的研究

質的研究において、積極的に社会参加するための基本的心理特性に「外出したい気持ち」があった。恥ずかしさや不安などの「失禁による心理的ストレス」は、「外出したい気持ち」を弱めていた。しかし、「他者と関わりたい気持ち」、「身体を動かしたい気持ち」、「失禁を管理できる自信」という三つのレジリアンな心理特性は、「外出したい気持ち」を促進していた。これらのうち、「失禁を管理できる自信」は、尿とりパッドなどの補助具や使えるトイレなどの環境因子の影響を強く受けていた。



丸：心理特性（太字丸：レジリアンな心理特性） 四角：環境因子  
実線矢印：強める効果 破線矢印：弱める効果

## 結 論

本研究は、在宅要支援・要介護高齢者の社会参加、失禁、そして心理的レジリアンスを、量的および質的に分析した最初の研究である。

量的研究においては、失禁のある要支援・要介護高齢者の閉じこもりを予防するためには、ストレス対処能力（有意味感）を考慮する必要があることが示唆された。さらに、先行研究において重要視されている歩行だけではなく、トイレ動作の自立も重要であることも示唆された。一方、質的研究においては、失禁というストレスを乗り越え積極的に社会参加するため、「他者と関わりたい気持ち」、「身体を動かしたい気持ち」、「失禁を管理できる自信」というレジリアントな心理特性が重要であることが示唆された。また、補助具や使えるトイレなどの環境因子を整えることで、「失禁を管理できる自信」を促進できる可能性があることも示唆された。

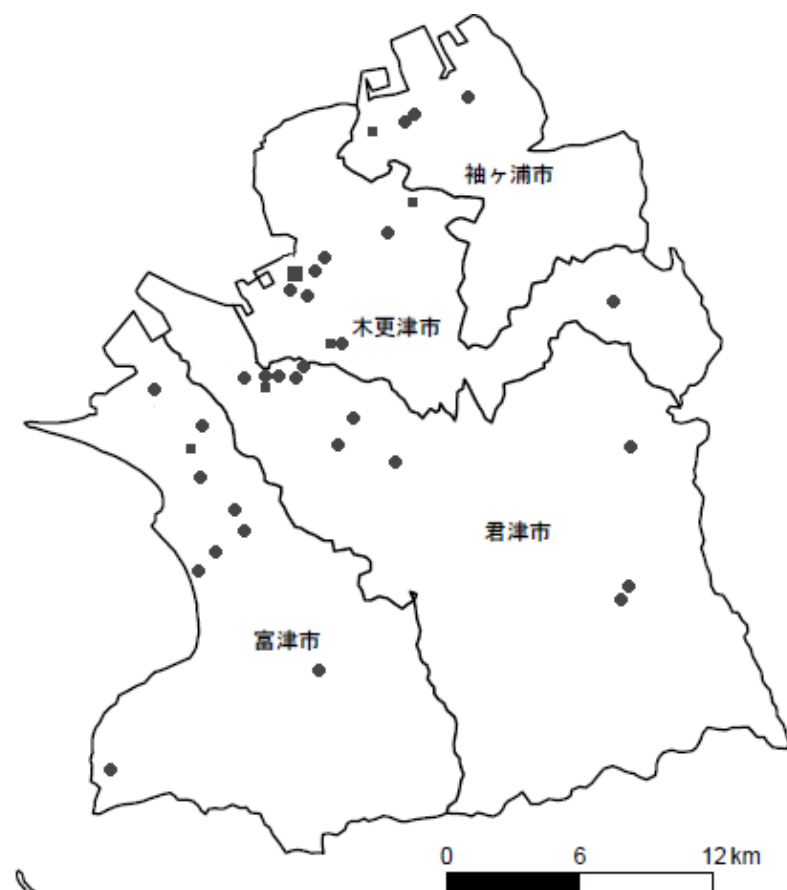
本研究の結果は、失禁のある在宅要支援・要介護高齢者の社会参加には、失禁の医学的治療に加え、心理的レジリアンスもまた重要であることを示唆している。具体的には、ストレス対処能力（有意味感）、他者と関わりたい気持ち、身体を動かしたい気持ち、失禁を管理できる自信を高めることが重要である可能性が考えられた。

## 感 想

千葉県君津健康福祉センター（君津保健所）、市役所、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所の方々、そして多くの要支援・要介護高齢者の方々の多大な協力をいただき、本研究を実施することができました。何度もフィールドに足を運び、内容の濃い研究を行うことができたのは、公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団の助成のおかげです。心より感謝申し上げます。

研究結果と提言を博士論文にまとめ、特定非営利活動法人日本トイレ研究所等の関係組織における研修会、第 26 回日本老年泌尿器科学会において発表しました（学会賞受賞）。また、査読のある学術雑誌への投稿準備を進めています。

# 資料 1 : 君津圏域地図



## 協力機関

- 千葉県君津健康福祉センター（君津保健所）
- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所



## 資料 2 : 研究協力機関

### 千葉県君津健康福祉センター（君津保健所）

#### 地域包括支援センター

1. 木更津市南部地域包括支援センター
2. 木更津市北部地域包括支援センター
3. 君津市地域包括支援室
4. 袖ヶ浦市地域包括支援センター
5. 富津市地域包括支援センター

#### 居宅介護支援事業所

6. ウエルネス上総
7. オアシス慶寿居宅介護支援センター
8. 大佐和苑在宅介護支援センター
9. 介護相談センター馬来田の太陽
10. 介護の家ぶ・えもん居宅介護支援事業所
11. 上総記念病院居宅介護支援事業所
12. 上総ケアサービスセンター
13. カトレアンホーム居宅介護支援事業所
14. かもめ指定居宅介護支援事業所
15. 木更津市社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所きさらづ
16. 君津市社会福祉協議会
17. 居宅介護支援あゆみ
18. 居宅介護支援事業所上総園
19. 居宅介護支援事業所つくし
20. 居宅介護支援事業所芙蓉ケアプランセンター
21. 居宅介護支援事業所るびなす
22. 居宅介護支援センター憩いの里
23. 居宅介護相談センター波岡の家
24. グッドライフ居宅介護支援事業所
25. ケアプランセンターなないろ
26. 在宅介護支援センター金谷の里
27. さつき台訪問看護ステーション居宅介護支援事業所
28. シェーネ・ベルグ居宅ケアプラン作成事務所
29. セントケア君津
30. セントケア富津
31. 袖ヶ浦菜の花苑居宅介護支援事業所
32. つつじ苑居宅介護支援事業所
33. ニチイケアセンター君津
34. マザーハウスケアサービス
35. JA きみつ介護センター居宅介護支援事業所

### 資料3:アンケート

この度は、私たちのアンケート調査にご協力いただき、まことにありがとうございます。本アンケートのご回答は無記名のまま統計的に解析いたしますので、皆様のお名前やご回答いただいた内容が公表されることは一切ございません。どうぞ、思うままにお答えください。なお、答えにくい質問に関しては、お答えいただかなくて構いません。

アンケート結果をまとめ、障害のある高齢者が生き生きと暮らせる社会づくりに役立てて参ります。何卒、よろしくお願い申し上げます。

#### 【調査実施者記入欄】

調査実施日： 平成 24 年 月 日

調査実施者のお名前：

調査実施者のご所属：

#### 回答者の基本情報

●年齢： 満 \_\_\_\_\_ 歳      ●性別： 男 ・ 女

●要介護度： 1 ・ 2

●現在ある主な疾患（あてはまるもの全てにチェックを入れてください。あてはまるものがない場合や分からない場合は、その他にチェックを入れ、疾患名をお書き下さい。）

- がん（胃がん、大腸がん、肝臓がん、肺がんなど）
- 栄養や代謝に関する疾患（糖尿病、肥満症など）
- 精神に関する疾患（認知症、統合失調症など）
- 神経に関する疾患（パーキンソン病、多発性硬化症など）
- 血液循環に関する疾患（高血圧症、心筋梗塞、脳血管障害など）
- 呼吸器に関する疾患（肺炎、肺気腫など）
- 消化器に関する疾患（胃潰瘍、潰瘍性大腸炎など）
- 筋肉や骨に関する疾患（変形性関節症、脊柱管狭窄症、骨粗鬆症など）
- 腎臓や生殖器に関する疾患（腎不全、前立腺肥大症、子宮内膜症など）
- その他：

●（ケアマネさんからみた現在の）認知症高齢者の日常生活自立度：

自立 ・ I ・ II ・ III ・ IV ・ M

●結婚状態： 未婚 ・ 既婚同居 ・ 既婚別居 ・ 離婚 ・ 死別

●家族との同居状況： 独居 ・ 配偶者と同居 ・ 配偶者と子供と同居 ・ 子供と同居 ・ その他

●趣味はありますか？

- 2つ以上ある (どのような: )  
 1つある (どのような: )  
 ない

●仕事をしていますか？

- 報酬のある仕事をしている  家事をしている  
 自営業をしている  すでに退職した  
 無報酬の仕事(ボランティアなど)をしている  その他:

●学校機関で何年間教育を受けましたか？ 合計 \_\_\_\_\_ 年間

●ふだん人と会ったり、買い物、散歩、通院などで外出する頻度はどれくらいですか？

- 毎日1回以上  週1回程度  
 2、3日に一回程度  ほとんど外出しない

【日常生活動作に関する質問】

あなたが普段行っている日常生活の動作についておうかがいします。あてはまるものに○をつけてください。

1)多くの時間をかけずに、必要な道具(箸、スプーン、自助具など)を使って、ひとりで食事をとることができますか？

- 全てひとりでできる  全て手伝ってもらう  
 少し手伝ってもらう

2)ひとりで起き上がって、ベッドから車いすへ移ることができますか？

※車いすを必要としない方は「全てひとりでできる」に○をしてください。

- 全てひとりでできる  ほとんど手伝ってもらう  
 見守りがあればできる  全て手伝ってもらう

3)ひとりで手洗い、洗面、整髪、歯磨き、化粧(女性)、鬚剃り(男性)ができますか？

- ひとりでできる  手伝ってもらう

4) ひとりでお風呂に入ることができますか？

ひとりできる

手伝ってもらう

5) 必要があれば杖や歩行器を使って、ひとりで 45 メートル以上歩けますか？

ひとり歩ける

車いすを手でこげばできる

介助や見守りがあれば歩ける

そんなに歩けない

6) 必要があれば手すりをつかって、ひとりで階段を昇ったり降りたりできますか？

ひとりできる

できない

見守りや介助があればできる

7) ひとりで、靴を履いたり脱いだり、下着や服を着替えたりすることができますか？

ひとりできる

全て手伝ってもらう

少し手伝ってもらう

### 【排泄・トイレに関する質問】

排泄やトイレに関することについておうかがいします。答えづらい質問があるかもしれませんが、大切な質問ですので、ご協力よろしくお願いいたします。

1) あなたは普段、必要があれば手すりや安定したところにつかまって、トイレまで行って、服と下着を脱いで、下着を汚さずに用を足し、トイレットペーパーで後始末をし、下着と服を戻して、トイレから帰ってくることができますか？  
※おむつを常に使っている方は「全て手伝ってもらう」に○をしてください

全てひとりできる

全て手伝ってもらう

部分的に手伝ってもらう

2) ポータブルトイレを使っている方は、使用後に掃除をして清潔に保つことができますか？

全てひとりできる

全て手伝ってもらう

部分的に手伝ってもらう

使っていない

3) 普段、尿(おしっこ)を漏らしてしまうことがありますか？ ※人工膀胱の方、おむつやカテーテル(管)を常に使っている方は「ある(1日1回以上)」に○をしてください。

ない

ある(1日1回以上)

時々ある(1日1回程度)

4)しびんやカテーテル(管)などを使っている方は、普段、ひとりでそれらを扱えますか？

- ( )全てひとりでできる ( )全て手伝ってもらおう  
( )部分的に手伝ってもらおう ( )使っていない

5) 普段、便(うんち)を漏らしてしまうことがありますか？ ※ストーマ(人工肛門)の方、おむつを常に使っている方は「ある(週1回以上)」に○をしてください。

- ( )ない ( )ある(週1回以上)  
( )時々ある(週1回程度)

6) 浣腸や座薬を使っている方は、普段、ひとりでそれらを扱えますか？

- ( )全てひとりでできる ( )全て手伝ってもらおう  
( )部分的に手伝ってもらおう ( )使っていない

7)あなたは普段、排尿(おしっこをすること)にストレスを感じることがありますか？

- ( )ストレスを感じる (どのような: )  
( )ストレスを感じない

8)あなたは普段、排便(うんちをすること)にストレスを感じることがありますか？

- ( )ストレスを感じる (どのような: )  
( )ストレスを感じない

9)あなたは、普段使っているトイレにストレスを感じることがありますか？

- ( )ストレスを感じる ※下の質問にお答えください  
( )ストレスを感じない  
( )トイレを使っていない

※トイレにストレスを感じる方へ

あなたがストレスを感じるもの全てに○をつけてください。 あてはまるものが無い場合は、その他の欄にお書きください。

- ( )和式便器である ( )暗い  
( )段差がある ( )臭いがくさい  
( )階段がある(階が異なる) ( )トイレが寒い、もしくは暑い  
( )手すりがない、または位置が悪い ( )暖房便座がついていない  
( )狭い(車いす・介助者が入れない) ( )温水洗浄(ウォシュレット等)がついていない  
( )事故が起きても知らせることができない ( )その他:

## 【社会的サポートに関する質問】

あなたのご家族やご友人、大切な人とのことについてお伺いします。次にあげる文章について、「非常にそう思う」から「全くそう思わない」までの7つの数字のうち、あなたがもっともあてはまると思うもの1つに○をつけてお答えください。なお、該当する人がいない場合には「全くそう思わない」に○をつけてください。

### 1) 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 2) 私は喜びと悲しみを分かち合える人がいる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 3) 私の家族は本当に私を助けてくれる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 4) 必要なときに、家族は私の心の支えとなるよう手を差し伸べてくれる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 5) 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 6) 私には喜びと悲しみを分かちあえる友人がいる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

### 7) 私は自分の問題について友人たちと話すことができる

1	2	3	4	5	6	7
全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いけない	やや そう思う	そう思う	非常に そう思う

## 【人生の志向性に関する質問】

あなたの人生に関する感じ方についておうかがいします。それぞれ 1～5 までのうち、あなたの気持ちを最もよく表す数字に○をつけてください。各問に対して、答えは1つだけ選んでください。

例) あなたは、幸せな気持ちになることがありますか？

1の下の「まったくない」と5の下の「とてもよくある」のちょうど真ん中くらいとすれば3の「どちらともいえない」に○をつけます。真ん中よりも「まったくない」に近ければ2に、真ん中よりも「とてもよくある」に近ければ4に○をつけます。

1 2 3 4 5  
まったくない ←----- どちらともいえない -----> とてもよくある

1) あなたは、自分のまわりで起こっていることがどうでもいい、という気持ちになることがありますか？

1 2 3 4 5  
まったく感じない ←----- どちらともいえない -----> いつも感じている

2) あなたは、これまでに、よく知っていると思っていた人の、思わぬ行動に驚かされたことがありますか？

1 2 3 4 5  
まったくなかった ←----- どちらともいえない -----> いつもそうだった

3) あなたは、あてにしていた人につながりさせられたことがありますか？

1 2 3 4 5  
まったくなかった ←----- どちらともいえない -----> いつもそうだった

4) 今まで、あなたの人生は、

1 2 3 4 5  
明確な目標や目的  
はまったくなかった ←----- どちらともいえない -----> とても明確な目標  
や目的があった

5) あなたは、不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？

1 2 3 4 5  
とてもよくある ←----- どちらともいえない -----> まったくない

6) あなたは、不慣れな状況の中にいると感じ、どうすればよいのかわからないと感じることがありますか？

1 2 3 4 5  
とてもよくある ←----- どちらともいえない -----> まったくない

7)あなたが毎日していることは、

1		2		3		4		5
喜びと満足 与えてくれる	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	つらく退屈 である

8)あなたは、気持や考えが非常に混乱することがありますか？

1		2		3		4		5
とてもよく ある	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	まったくない

9)あなたは、本当なら感じたくないような感情をいだいてしまうことがありますか？

1		2		3		4		5
とてもよく ある	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	まったくない

10)どんな強い人でさえ、ときには「自分はダメな人間だ」と感じることもあるものです。あなたは、これまで、「自分はダメな人間だ」と感じたことがありますか？

1		2		3		4		5
まったく なかった	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	よく あった

11)何か起きたとき、ふつう、あなたは、

1		2		3		4		5
そのことを 過大に 評価したり、 過少に 評価してきた	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	適切な 見方を してきた

12)あなたは、日々の生活で行っていることにほとんど意味がない、と感じることがありますか？

1		2		3		4		5
とてもよく ある	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	まったくない

13)あなたは、自制心を保つ自信がなくなることがありますか？

1		2		3		4		5
とてもよく ある	←	-----		どちらとも いえない		-----	→	まったくない



## 【地域についての質問】

あなたの住んでいる地域についてお伺いします。次にあげる文章について、「全くあてはまらない」から「非常によくあてはまる」まで、5つの数字のうち、あなたがもっともあてはまると思うもの1つに○をつけてお答えください。

### 1) 私の住んでいるこの地区はとても安全である

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

### 2) 私の近所の誰かが助けを必要としたときに、近所の人たちは手をさしのべることをいとわない

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

### 3) 私の近所には誰かが家を留守にしたときに、その家のことを気軽に世話してくれる雰囲気がある

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

### 4) 急病の時など、すぐにかかれる医療機関があって安心できる地域である

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

### 5) 私の地域では、お互いに気軽に挨拶を交し合う

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

### 6) 将来も今住んでいる地域に住み続けたい

1	2	3	4	5
全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	非常によくあてはまる

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

## 資料4：インタビューガイド

### 1. 基本情報の確認

年齢、家族との同居状況など

### 2. 社会参加に関する質問

- ふだん外でしていることについて教えてください。(買い物、散歩、通院、デイサービスなど)
- こうすればもっと人と会ったり外出したりできる、といったことがあれば教えてください。(家族や友人などのサポート、地域、交通手段)

### 3. 排泄に関する質問

- 排泄について、現在もっともお困りなのはどのようなことですか？(頻尿、残尿、下痢、便秘、尿漏れ、失禁、パッド、おむつ、トイレ環境など)
- 外に出る時、排泄やトイレのことは気になりますか？(心配、パッド、おむつ、外で使うトイレ)
- 排泄について困っていることを誰かに相談していますか？あなたの排泄を気遣ってくれる人がいますか？(家族や友人などのサポート)

### 4. その他の質問

- 失禁があっても積極的に外出できる秘訣は何でしょうか。
- どうすれば、あなたのように前向きに生きることができますか。
- あなたが頼りにしている人について教えてください。
- あなたが住んでいる地域について教えてください。

### 5. まとめ

感想、言い残したこと、質問など。