Tohto University

Introducing hand massage skills practice into basic nursing education: an investigation based on hospital training for acute nursing

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-02-08 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 岡本, 佐智子, 佐藤, 安代, 小林, 喜美江, SATO, Yasuyo, KOBAYASHI, Kimie メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.50818/00000013

© 東都大学 2019

【実践報告】

看護基礎教育におけるハンドマッサージの技術演習の導入について
～成人看護学急性期実習での取り組みから～

Introducing hand massage skills practice into basic nursing education:
an investigation based on hospital training for acute nursing

岡本　佐智子[1]　佐藤　安代[2]　小林　喜美江[2]
Sachiko OKAMOTO　Yasuyo SATO　Kimie KOBAYASHI

要　旨

A大学看護学科３年次の学生を対象に、領域別臨地実習前にハンドマッサージの技術演習を行い、成人看護学急性期実習で行ったハンドマッサージの実際について分析した.

その結果、事前演習にて学生が行ったハンドマッサージは、リラクセーション反応を得るものであったことから、学生にも習得しやすい技術であると考えられた. また､成人看護学急性期実習で行ったハンドマッサージの目的は多岐にわたったことから、ハンドマッサージの習得により、学生の行うケアの幅が広がったことが示唆された.

以上のことから、ハンドマッサージの事前演習は、実習で実施することへの動機づけとなり、実践につながることが明らかとなった. ハンドマッサージは、看護基礎教育において実習で活用可能な技術の１つであると考えられた.

キーワード：看護基礎教育，ハンドマッサージ，急性期実習，看護技術

Ⅰ．はじめに

看護が独自の判断で実施できる技術に，意図的タッチがある．意図的タッチは，患者に触れることにより不安を軽減し疼痛を緩和する効果があり，ストレス反応が軽減した[1]という報告や，相互の関係が深まるコミュニケーション効果や信頼を築く効果がある[2]ことから，看護基礎教育において身につけさせたい技術である．しかし，意図のはっきりしないタッチは不快感を与える[3]との報告があり，行い方によっては逆効果になる．

臨地実習における意図的タッチの活用状況では，コミュニケーション手段として活用している学生が多かったが，触れることに抵抗を感じていた学生がいたことや，技術を習っていないので自信を持って実施できていない現状[4]が報告されている．看護学生は経験が少なく，短期間の臨地実習の中で，患者との信頼関係を築くことに困難を感じることが多い．特に，急性期の実習は看護展開が速く，難易度の高い技術の提供など[5][6]により，患者との関わりを困難に感じている．不安や緊張，痛みを訴える患者を受け持つことが多いことから，意図的タッチの技術の活用が望まれる．

意図的タッチは, 藤野[7]によると,「看護師が意図して，必ずしもタッチが必要でない場面で，何等かの患者の反応を期待しておこなうもの」で,「清拭やマッサージなどであっても安楽を与えることを目的とした場合は，意図的タッチに含む」とあるように，意図的タッチの技術にマッサージを行うことがある．

マッサージは，2002年に文部科学省主導で行われた「看護学教育の在り方に関する検討会」にて，看護基本技術の「安楽確保の技術」に位置づけられ，マッサージについての看護研究は増えている[8]．しかし，看護基礎教育での報告は少なく，活用の実際は明らかになっていない．

これらのことから、意図的タッチとして活用でき，リラクセーション効果が検証されているハンドマッサージ[9)-11)]について，看護基礎教育での活用の可能性について検討を試みるために，成人看護学急性期実習で行ったハンドマッサージの実際について検証を

[1] 東都医療大学　幕張ヒューマンケア学部看護学科
[2] 日本保健医療大学　保健医療学部看護学科
E-mail：sachiko.okamoto@tohto.ac.jp

行った.

本研究の目的は，領域別臨地実習の事前演習でのハンドマッサージのリラクセーション効果の検証と，成人看護学急性期実習でのハンドマッサージ実施状況を明らかにし，看護基礎教育での活用の可能性について検討を試みたものである.

Ⅱ．方法

1．実施方法

2016年8月，A大学看護学科3年次の領域別実習前の学生108名を対象に，ハンドマッサージの手順と留意事項を説明後，二人一組で実施者と受け手となり，ハンドマッサージの演習を行った．実習のグループごとの班に分かれて，班のメンバー内で組になってもらい，お互いに実施者と受け手を，全員が体験した．ハンドマッサージの実施前後に生理的評価として，血圧・脈拍，唾液アミラーゼ値，心理的評価としてRE尺度による測定を行い，実施者に受け手のリラクセーション反応を伝えた．演習後，実習での活用について自記式質問紙調査を行った．同意が得られ提出された測定の記録103名（回収率95.4％）、自記式質問紙調査105名（回収率97.2％）を分析の対象とした.

また，成人看護学急性期実習後に実習担当の教員5名から，実習中に何名の学生がハンドマッサージを実施したかを確認した上で，半構成的面接法にて，聞き取りを行った．ハンドマッサージの実施状況について聞き取った内容を，学生はどのような目的で計画したか，実施した時の患者の反応はどうだったか，患者の反応を学生はどのように受け止めていたと思うかという視点で内容を分析した.

2．ハンドマッサージの手順

ハンドマッサージは，潤滑剤として低刺激性のベビーオイルを使用し，指先から肘の範囲を片手に15分間実施した[12]．先行研究により片手に対する実施でのリラクセーション効果が実証されている[11]ことと，患者は片手に点滴をしていることが多いこととから，片手への実施とした．経穴の作用を理解した上で実施するマッサージは看護学生には難易度が高いと考え，「軽擦法」が中心のマッサージ法を選択した.

3．リラクセーションの評価指標

リラクセーション反応の評価指標は，生理的評価としては，交感神経活動を反映させ[13]，実習でも測定する機会が多い血圧・脈拍と，先行研究[14) 15)]が多く，非侵襲的に測定できる唾液アミラーゼ値を選択した．心理的評価としては，根建ら[16]が開発したリラクセーション度を測定する尺度で，先行研究[17)-19)]が多く4項目で記入時間が短いことからRE尺度を選択した.

統計解析はIBM SPSS Statistics22にてWilcoxonの符号付順位検定を行い，有意水準5％で判定した.

4．倫理的配慮

紙面と口頭で，目的と方法，研究協力は任意であること，本人が特定されないように取り扱うことなどを説明の上，署名にて同意を得た．研究者所属機関の研究倫理委員会の承認を得て行った（承認番号2807−1）.

Ⅲ．結果

1．ハンドマッサージの事前演習

ハンドマッサージが「できた」48名（45.7％），「ややできた」51名（48.6％），実習で「機会があったら行いたい」が102名（97.1％）であった．行いたい理由で多かったものは、「自分がされて気持ちがよかったから」54名（51.4％），「コミュニケーションをとるのに役立ちそう」22名（21.0％），「相手のストレスの数値が下がったから」21名（20.0％）であった．少数意見では「実施が簡単」「ベッド上の患者さんにもできる」などがあった.

2．リラクセーション反応

1）生理的評価

ハンドマッサージ前後の変化は表1に示すように，収縮期血圧111.2 − 108.2mmHg（p=0.026），拡張期血圧65.6 − 65.0 mmHg（p=0.506），脈 拍75.7 − 75.5回/分（p=0.601），唾液アミラーゼ値33.3 − 22.0kIU/L（p=0.000）と，ハンドマッサージ後に数値が低下した．収縮期血圧と唾液アミラーゼ値の低下について，統計的に有意差がみられた.

2）心理的評価

ハンドマッサージ前後の変化は表2に示すように，RE尺度の「気分」7.1 − 8.6（p=0.000），「体の力」6.8 − 9.1（p=0.000），「不安」7.0 − 9.1（p=0.000），「束縛」7.2 − 9.2（p=0.000）と，ハンドマッサージ後にリラックス度が高い方に数値が変化した．RE尺度のすべての項目について，統計的に有意差がみられた.

表１　ハンドマッサージによる生理的指標の変化

n=103

	収縮期血圧（SD）mmHg	拡張期血圧（SD）mmHg	脈拍（SD）回 / 分	唾液アミラーゼ値（SD）kIU/L
実施前	112.2（13.8）	65.6（9.9）	75.7（13.2）	33.3（32.9）
	*			**
実施後	108.2（14.9）	65.0（10.9）	75.5（13.2）	22.0（22.0）

Wilcoxon の符号付順位検定　　*p ＜ 0.05　**p ＜ 0.01

表２　ハンドマッサージによる心理的指標の変化

n=103

	気分（SD）	体の力（SD）	不安（SD）	束縛（SD）
実施前	7.1（2.5）	6.8（2.3）	7.0（2.5）	7.2（2.2）
	**	**	**	**
実施後	8.6（2.5）	9.1（2.1）	9.1（2.1）	9.2（2.2）

Wilcoxon の符号付順位検定　　**p ＜ 0.01

３．成人看護学急性期実習での実施状況

成人看護学急性期実習は，「クリティカルな状態にある対象の健康問題を把握し，それに適した看護を実践するための知識・技術を養う」ことを目的に行われる３単位135時間の実習である．

学生108名中，72名（66.7％）が実習中に，１回以上ハンドマッサージを行った．ハンドマッサージ実施後，患者から「気持ちよかった」「肌がすべすべする」「手が温かくなった」と感謝されたことや，次の日も患者の方からやってほしいと希望され，自らタオルを準備して待ってくれていたなど，患者の反応が実感でき，学生もやってよかったと感じていたようであった．ハンドマッサージをきっかけに患者との距離が縮まり，会話がはずむようになった．同じグループの他の学生もその様子を見て，看護計画にハンドマッサージを取り入れるようになり，その結果，多くの学生が実習中にハンドマッサージを行うことになった．「他の実習でもやってみようと思う」という発言も聞かれた．

ハンドマッサージを実施した目的は以下のとおりであった．

(1) コミュニケーション
- 話しやすい関係を作るために行った．
- ハンドマッサージを行いながら、患者の気持ちを伺った．

(2) 不安の軽減
- 手術の開始時間が遅れ、待っている間に行った．
- 表情が硬かったので，意図的タッチとして行った．

(3) リラクセーション
- リハビリの後に，休んでもらうために行った．
- 心不全で床上安静の患者に，落ち着いて休んでもらうために行った．

(4) 疼痛緩和
- 器械（CPM）を使用した膝の関節可動域訓練中に，痛みを紛らわせるために行った．
- 手術後の離床を促す際に，座位の時間を延ばすため座っている時に行った．

(5) 日中の覚醒を促す
- 認知機能が低下した高齢者に，手に刺激を与えるために行った．
- あまり眠れないとのことだったので，日中の覚醒を促すために行った．

(6) その他
- 手が荒れていたので，皮膚の乾燥予防のために行った．
- 冷え性とのことだったので，血流を促すために行った．

Ⅳ．考察

１．ハンドマッサージ技術の習得

ハンドマッサージの事前演習で，大半ができたと答えたことから，学生が実施しやすい技術であると考えられた．今回，実施したハンドマッサージの手技[12]は，シンプルな手順のマッサージであったことから，技術の選択も適切だったと思われた．

ハンドマッサージ後のリラクセーション反応は，表2に示すように，RE尺度のすべての項目について，ハンドマッサージ後に有意にリラックス度が高い方に数値が変化し，リラクセーション効果が得られたと考えられた．また、心理的評価だけでなく生理的評価の収縮期血圧や唾液アミラーゼも有意に低下したことから，学生は，リラクセーション効果を得ることのできる技術を，演習で習得できたと考えられた．

２．実習での実施への動機づけ

事前演習後，実習で「機会があったら行いたい」と答えた者が大半であった．行いたいと思った理由で「コミュニケーションをとるのに役立ちそう」「実施が簡単」「ベッド上の患者さんにもできる」など，実習で使えそうな技術であることが理由にあがっていることから，事前演習は，実習で使える技術の幅を広げることにつながったと思われた．実際に7割近い学生が，成人看護学急性期実習で実施したことから，学生が行える技術として有効だったといえる．

実習で行いたいと思った理由で最も多かったのが，「自分がされて気持ちがよかったから」であったことから，自分で気持ちよさを体感することが実施への大きな動機づけになったことが示唆された．また，実習で行いたいと思った理由で「相手のストレスの数値が下がったから」と答えた者が多かったことから，収縮期血圧および拡張期血圧，唾液アミラーゼ値という客観的な数値が低下した事実をフィードバックしたことは，実施の動機づけになると考えられた．

自分がハンドマッサージの受け手として体験し，よかったと感じることで，患者にもそう感じてほしいと考え，実施者として実施した際には，相手のリラクセーション反応を数値により知ることで，技術が習得できたことが確認でき，実施者と受け手の両方の体験が，それぞれ動機づけとなっていた．

領域別実習前のタイミングで，実習に行くグループの班で体験する演習は，実習で実施するとしたらどうだろうかと想像することができる時期である．実習では実施の根拠を問われる場面が多いことから，受け手として気持ちよさを体感することができ，実施者としては相手のリラクセーション反応の変化を知ることができたことで，実習で行える技術が習得できたと自信が持てたのではないかと思われた．

実際の実習では，実習を通して，患者の感謝の言葉などの肯定的反応は，動機づけの強化となり，「他の実習でもやってみようと思う」という発言につながっていた．

３．実習への活用

ハンドマッサージを行った目的は，コミュニケーションや不安の軽減，リラクセーション，疼痛緩和など，多岐にわたっていた．また，認知機能の低下に対し，手に刺激を与えて日中の覚醒を促す目的で行うなど，患者の状況に合わせて，実習の様々な場面で活用していた．

急性期にある患者は，手術の不安や術後の疼痛などの緊張や苦痛を感じている．学生は患者の苦痛を目の当たりにし，何を行っていいか分からず看護援助の具体策に困ることが多い．看護師は，肩や手に触れるなどのタッチを用いて患者の心と身体の苦痛に寄り添う看護を行っているが，意図がはっきりしないタッチは逆に緊張や不快感を与えることもあり[20]，看護学生が意図的タッチを行う方法やタイミングに迷い，効果的に実施できていない[21]という実態も報告されている．今回，患者の気持ちを伺う時や，手術の開始時間が遅れて待っている間や，表情の硬い患者に対し，不安の軽減や意図的タッチの目的でハンドマッサージを行っており，急性期看護の場面で取り入れることができていた．このことから，ハンドマッサージは経験の少ない看護学生でも，意図的タッチに用いることのできる看護技術の1つであるとの示唆が得られた．

以上のことから，領域別臨地実習前にハンドマッサージの技術演習を行ったことは，実習への活用の動機づけとなり，学生が行える援助の選択肢が広がったのではないかと考えられた．

Ⅴ．結論

A大学看護学科3年次の学生を対象に，領域別臨地実習前にハンドマッサージの技術演習を行い，成人看護学急性期実習で行ったハンドマッサージの実際につ

いて検討し，以下の結果が明らかとなった．

1. 演習で実施した学生の行ったハンドマッサージは，リラクセーション反応がみられた．
2. ハンドマッサージの演習で効果を体感したことは，実習で行う動機づけになった．
3. 成人看護学急性期実習では，多岐にわたる目的でハンドマッサージを実施していた．

以上のことから，ハンドマッサージの技術の習得により，学生の行うケアの幅が広がったことが示唆された．ハンドマッサージは，看護基礎教育において実習で活用可能な技術の1つであると考えられる．

文献

1） 新道幸恵，近藤潤子：産婦のストレス緩和に対するTOUCH影響，日本看護科学会誌，7（1），29–38，1987.
2） 土蔵愛子：Touchに関する研究と実践の動向．聖母女子短期大学紀要．13：12–17，2000.
3） McCann,K.,McKenna,P.:An examination of touch between nurse and elderly patients in continuing care setting in Northern Ireland.Journal of Advanced Nursing.18:838-846,1993.
4） 渋谷えり子：臨地実習における意図的タッチの活用状況と教育の課題．埼玉県立大学紀要．13：67–72，2011.
5） 服部由佳，小幡光子，磯和勅子：周手術期実習中における看護学生のストレス反応と情動知能の関連．日本看護研究学会雑誌．39（5）：75–83，2016.
6） 沖野良枝，山口曜子，岸友里，他：周手術期実習中の看護援助における学生のストレス認知と生理的反応との関連―唾液中クロモグラニンA（CgA）、コルチゾールによる検討―．人間看護学研究．2：79–87，2005.
7） 藤野彰子：終末期がん看護における意図的タッチによる痛みの緩和．教育学研究室紀要〈教育とジェンダー〉研究．3：39–52，2000.
8） 岡本佐智子：根拠がわかる看護マッサージ　患者を癒やすリラクセーション技術．東京：中央法規出版；55–56，2017.
9） Sachiko Okamoto,Eriko Shibuya,Rumi Tano et al.:Verification of the stress-alleviating effect of nursing care in terms of autonomic nervous system activity and psychological state.Journal of Japan Society of Health Sciences.27(4):253-262,2011.
10） 岡本佐智子，渋谷えり子，江守陽子：主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージのリラクセーション効果の検証．日本健康科学学会誌．30（2）：67–74，2014.
11） 岡本佐智子，佐藤安代，渋谷えり子：両手および片手に対するハンドマッサージのリラクセーション効果の検証．日本健康科学学会誌．32（1）：23–32，2016.
12） 前掲８）114–116.
13） 豊島裕子：自律神経の流れ．看護教育．47（1）：56–57，2006.
14） 山口昌樹，吉田博：唾液アミラーゼ活性による交感神経モニタの実用化．Chemical Sensors.21（3）：92–98，2005.
15） 山口昌樹，金森貴裕，金丸正史，他：唾液アミラーゼはストレス推定の指標になり得るか．医用電子と生体工学．39（3）：234–239，2001.
16） 根建金男，上里一郎：生理的反応の認知と生理的反応が常道に及ぼす影響．行動療法研究．9（2）：33–39，1984.
17） 中北充子，竹ノ上ケイ子：正常な産褥早期の母親への背部マッサージによるリラクセーション効果―自律神経活動および主観的指標の観点から―．日本助産学会誌．23（2）：230–240，2009.
18） 吉留厚子，川野純一：産褥早期における皮膚表面温度およびリラクゼーション尺度による乳房マッサージの評価．母性衛生．51（4）：666–675，2011.
19） 松下明美，内藤直子，峠哲男：分娩第1期における足部温罨法によるリラクセーション反応と和通効果．香川大学看護学雑誌．16（1）：7–17，2012.
20） 藤野彰子：意図的タッチ．荒川唱子，小板橋喜久子編．看護にいかすリラクセーション技法　ホリスティックアプローチ．東京：医学書院；111，2001.
21） 渋谷えり子，岡本佐智子：臨地実習における意図的タッチの活用状況．日本看護研究学会雑誌．34（3）：299，2011.

受付日：2018年9月7日　受諾日：2019年3月1日

【Practice Report】

Introducing hand massage skills practice into basic nursing education: an investigation based on hospital training for acute nursing

Sachiko OKAMOTO[1]　Yasuyo SATO[2]　Kimie KOBAYASHI[2]

Abstract

The present study investigated hand massages performed by nursing students during hospital training for acute nursing. Subjects comprised third year students at A University who participated in hand massage skills practice before hospital training. The hand massages performed by students during skills practice had a relaxing effect, indicating that students acquired appropriate hand massage techniques. The hand massages subsequently provided for patients by students during hospital training were performed to meet various needs, suggesting that the acquisition of hand massage techniques enabled students to provide a greater range of care. The present findings clarified that hand massage skills practice conducted before hospital training gave students the motivation and ability to perform hand massages during hospital training. Hand massage is a nursing skill that can be performed during hospital training as part of basic nursing education.

Key words : nursing education , hand massage, acute nursing, nursing art