

# 博士學位論文

論文内容の要旨

および

論文審査の結果の要旨

東邦大学

# 博士論文要旨

看護学研究科看護学専攻 基盤・実践看護分野	学籍番号 ND11007 氏名 間瀬 由記
論文題目	外来呼吸リハビリテーションに参加する慢性閉塞性肺疾患患者における運動習慣の獲得過程 —Merleau-Ponty の身体論に依拠して—
<p><b>【研究の背景】</b></p> <p>慢性閉塞性肺疾患（以下、COPD）患者は、無意識に体動時の呼吸困難を避けようとして身体活動が減少する。このことで、COPD 患者の運動耐容能は低下し、少しの体動でもより強く呼吸困難を自覚するため、一層、身体活動を減らすという悪循環に陥る。運動療法の導入と身体活動の維持を中心とする呼吸リハビリテーション（以下、呼吸リハ）は、この悪循環を断ち切ることができ、科学的根拠に基づいた医療介入とされている。しかし呼吸リハへの不参加と脱落の割合は高く、運動療法へのアドヒアランスは低いと報告されている。呼吸リハを継続する COPD 患者が、どのように運動を習慣化するのか。酸素療法を導入した COPD 患者は、酸素流量の調節を忘れ、カヌラを外したまま動こうとして呼吸困難を引き起こすが、やがて彼らは、カヌラを絡ませることなく入浴や更衣ができるようになる。ほとんど無意識に行われるこのような行為は、まるでカヌラから酸素供給装置までが COPD 患者の身体の延長になっているかのようである。本研究は、COPD 患者が運動を習慣化する過程でどのような身体感覚を経験しているのかに注目する。Merleau-Ponty（1967/1945）は、習慣とは認識でも自動運動でもなく、身体的努力によってのみ得られる知であるとしている。COPD 患者が呼吸リハを通して、運動習慣を獲得する過程においてどのような努力により“知”を得るのかを明らかにする必要がある。</p> <p><b>【研究目的】</b></p> <p>外来呼吸リハに参加する COPD 患者が、どのように運動習慣を獲得するのか、その過程を明らかにし、COPD の呼吸リハにおいて、どのような看護支援を強化する必要があるのかを検討する。</p> <p><b>【研究方法】</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 研究デザイン：質的記述的研究。</li><li>2. 対象者と調査期間：3 か月間の外来呼吸リハに参加した COPD 患者 8 名を対象に、2014 年 12 月～2015 年 8 月に調査を実施した。</li><li>3. 調査方法：参加観察法と非構造化および半構造化面接法を併用した。参加観察法は、1 名の対象者につき、計 6～7 回実施した。2 週に 1 回の呼吸リハにおいて対象者の運動に伴う身体の反応、動作、理学療法士とのやりとりを観察し、フィールドノートに記録した。参加観察後、対象者の運動中の様子に基づいて、15 分程度の非構造化面接を実施した。また、呼吸リハ 1 回目、2 回目、4 回目、6 回目、そして呼吸リハ終了約 1 か月後の計 5 回、1 回につき 30～40 分程度の半構造化面接を実施した。</li><li>4. データ収集と分析方法：データ収集と分析を同時進行で行う継続的比較分析を行なった。コード化は Flick（2011）の方法を用いた。</li></ol> <p><b>【倫理的配慮】</b></p> <p>対象者に、研究の趣旨、途中辞退ができることについて口頭と文書で説明し同意を得た。プライバシー保護のために、個人が特定されないよう、氏名はアルファベットに置き換えた。本研究は、東邦大学看護学部倫理審査委員会および調査協力施設の倫理審査委員会の承認を得て実施した。</p>	

## 【結果】

外来呼吸リハに、3か月間参加した COPD 患者が運動習慣を獲得する過程において、【基本動作を身体で覚える】【運動を日課に組み込むきっかけをさがす】【自分の身体に敏感になる】【自分の身体を客観視する】【自分流のプログラムに組み替える】の5局面が見出された。各局面は順次重なり合っていた。

第1の【基本動作を身体で覚える】局面で、対象者は、資料を見ながら基本動作をイメージ化し、そのイメージを行動に移した。理学療法士から筋肉の伸縮に効果的な身体の動かし方を指導されると、機械的反復により基本動作を自分のものにした。第2の【運動を日課に組み込むきっかけをさがす】局面で、彼らは日常に運動を組み込むために、自分に合った方法を模索した。日課に結びつけることにより、確実にトレーニングできるようにし、ほとんどの対象者は、屋外での運動を選択した。第3の【自分の身体に敏感になる】局面では、重点的な基本動作のトレーニングを通して、身体感覚に敏感になり、筋肉の痛みや呼吸の浅さを自覚した。そして動作時に呼吸法を意識化するトレーニングを続けるうちに、下肢筋力の増強を自覚するようになった。第4の【自分の身体を客観視する】局面では、トレーニング中の酸素飽和度、脈拍、血圧などの数値に関心を示し、運動の効果を実感するようになった。そして理学療法士のアドバイスを積極的に取り入れた。呼吸リハビリテーションが終盤に近づくと、筋力の低下によってできなくなっていた日常生活動作を取り戻した。彼らは息切れによってできないことを、できることへと変換するようになった。第5の【自分流のプログラムに組み替える】局面は、運動を無理のない方法で継続していた対象者が、やがて健康だった頃の運動習慣をよみがえらせ、持続を試みた。

## 【考察】

1. **運動療法における模倣と機械的反復の意味**：COPD 患者は、第1の局面である模倣と機械的反復により、基本動作を思い描き、基本動作を実行できた。Merleau-Ponty (1988/1993) によると、模倣は、自分の身体によって意図的にある身ぶりを描いてみることであるという。しかも他人の行為のある局面を取り入れ、意識全体が模倣している相手のスタイルをとり、自身を超え出ると述べる。まさに本研究の COPD 患者もこの局面を経て、新しい運動動作を獲得しようとした。
2. **運動習慣を日常のなかで自分流に仕立てる意味**：COPD 患者は、第2の局面で、寝食を営む空間から切り離し、運動を日課に組み込もうとした。第3の局面では、運動によって身体感覚への感度を高め、第4の局面では、運動時の身体感覚を客観視することによりその意味を理解しようという反省作用的な営みを繰り返した。運動療法の効果を数字で捉え、鍛える筋肉を意識化することは、問題解決能力を身につけて自己管理しようとする兆しと解釈できた。第5の局面では、筋肉や持久力のトレーニングを構成する各運動と呼吸法を自分のものにし、運動を楽しもうとする気持ちの余裕をもとうとしていた。最終局面は、運動の意味を身体的に了解した状態であり、日常生活において運動をする新しい「習慣的身体 (Merleau-Ponty, 1967/1945)」を構築したといえる。
3. **COPD 患者に対するケアの再考**：COPD 患者は呼吸リハによって、健康であった頃の身体感覚を取り戻し、病気によって失った機能を再認識した。気流閉塞が重度になると運動療法のベースとなるコンディショニングに時間を要するため、軽度の段階から運動療法の重要性を説明して理解を得る必要がある。COPD 患者が呼吸リハを継続する際は、看護師が患者の身体感覚を聞き取るような関わりによって、その経験の意味づけを促し、意欲的に運動プログラムに取り組めるような支援が求められる。看護師のこのような関わりは、患者にセルフモニタリングを意識づけることができる。運動療法の継続には、病期や患者の状況に合わせて選択できる呼吸リハプログラムを地域で展開するシステム作りが必要であり、これによりヘルスプロモーションの一翼を担うことができると考える。

## 博士学位論文審査結果の要旨

学籍番号：ND11007

氏名：間瀬 由記

専攻：基礎・実践看護学分野

指導教員：村岡 宏子

論文題目：外来呼吸リハビリテーションに参加する慢性閉塞性肺疾患患者における  
運動習慣の獲得過程 —Merleau-Ponty の身体論に依拠して—

The Acquisition Process of Regular Exercise in Outpatients with  
Obstructive Pulmonary Disease in Respiratory Rehabilitation  
: Base on Merleau-Ponty Theory of Body

審査日時：平成 28 年 2 月 9 日（火曜日）14 時～15 時

審査場所：東邦大学看護学部 401 セミナー室

審査委員：主査 村岡 宏子教授 副査 高木 廣文教授 ・ 岸 恵美子教授

審査結果の要旨：

博士論文の申請者から、パワーポイントと配布資料を用いて、研究の概要について 30 分程度の発表があった。その後、審査員から質問および意見があり、それに対して回答や対応がなされた。

本研究の目的は、外来呼吸リハビリテーションに参加する慢性閉塞性肺疾患（以下 COPD）患者が、どのように運動習慣を獲得するのか、その過程を明らかにし、COPD の呼吸リハビリテーションにおいて、どのような看護支援を強化する必要があるのかを検討することである。研究デザインは、Merleau-Ponty (1988/1993) の身体論を理論的前提に、COPD 患者における運動習慣の獲得過程について質的記述的手法を用いて実施された。対象者は、3 か月の外来呼吸リハビリテーションに参加した COPD 患者であり、平均罹患期間が 14.4 年、病期がⅡ～Ⅳ期の 8 名だった。データ収集と分析方法は、2 週間に 1 回の外来リハビリテーション時、1 名の COPD 患者に 6 回の参加観察と非構造化面接を実施し、さらに合計 5 回の半構造化面接を実施することで Flick(2011)の方法を用い、分析解釈がなされた。こうした重層的データ収集が、対象者の豊かな語りを引き出したと捉えられた。

分析の結果、COPD 患者の運動習慣を獲得する過程には、【基本動作を身体で覚える】【運動を日課に組み込むきっかけをさがす】【自分の身体に敏感になる】【自分の身体を客観視する】【自分流のプログラムに組み替える】の 5 局面が見出された。

第1局面の【基本動作を身体で覚える】において、COPD患者はストレッチや筋力強化運動に関するメニューが盛り込まれた資料を見ながら基本動作をイメージ化した。運動の仕方を指導された患者は、機械的反復によってその動作を自分のものにしようとした。

第2局面の【運動を日課に組み込むきっかけをさがす】において、COPD患者は日常生活に運動を組み込むために、自分にあった方法を模索した。場所や時間の設定では、非日常化することで習慣化しようとする試みが見られた。

第3局面の【自分の身体に敏感になる】において、基本動作のトレーニング時、これまで意識していなかった筋肉の痛みや呼吸の浅さなど、身体感覚へ敏感になった。

第4局面の【自分の身体を客観視する】において、トレーニング中の身体変化を数字で捉えようとし、たとえば酸素飽和度、脈拍や血圧の数値に関心を示し、運動の効果を推し量ろうとした。

第5局面の【自分流のプログラムに組み替える】において、運動を継続するためには無理のないスケジュールや方法を試みた。COPD患者は、病気前の運動習慣を蘇らせ、楽しみを見いだしていた。

こうして、3か月の呼吸リハビリテーションに参加したCOPD患者は、模倣と機械的反復により運動動作の全体的な流れを把握した後に、呼吸や筋肉のレベルまで身体感覚を研ぎ澄まし、運動の意味を身体的に了解していった。運動の習慣化では、こうした身体感覚レベルから身体を客観視によって、自分流の運動へと精緻化する反省作用的営みの特徴としていた。脳血管疾患による片麻痺患者などの「目に見える障害」とは異なり、「目に見えない障害」患者のリハビリテーション看護において、身体感覚レベルの経験に着目した点に、本研究のオリジナリティーがあると捉えた。また、本研究の成果を応用し、COPDの早期からスポーツ感覚を取り入れた呼吸リハビリテーションプログラムの実施によって、ヘルスプロモーションの促進が期待される。

審査委員会は、本研究が長期的で慢性的な呼吸機能障害を抱える疾患の患者理解に、新たな知見が得られたことから、学位論文としてふさわしい水準にあると認めた。学位規定第2条に定める博士（看護学）の学位を授与するに値すると認め、最終試験ならびに論文審査において「合格」と判断した。