

博士論文要約

慢性呼吸器疾患により在宅酸素療法を行う高齢者の生活の営み：

社会との関わりに焦点をあてて

Living of the Elderly People With Chronic Respiratory Disease Undergoing：

Long-Term Oxygen Therapy：Focus on the Relationships With Society

工藤 有希

Kudo, Yuki

I. 序論

在宅酸素療法（Home Oxygen Therapy; 以下 HOT）を行う人は、約 8 割の人が慢性呼吸器疾患をもち、大半が 70 代以上の高齢者である。HOT を導入する目的の 1 つには、QOL（Quality of Life; 生活の質）の向上があり、社会生活に変化をもたらすことが報告されている。QOL 向上の要因には、医療者・家族・友人などの他者との結びつきから社会的相互作用をもつことが挙げられ（Evangelista et al, 2021）、社会と関わりを持つことの重要性が指摘されている。しかし、個人の人生を大切に扱うことが求められる看護職は、その人によって、異なる社会との関わりがあることを汲み取ることが必要である。本研究により、HOT を行う人の社会との関わりについて、現象学的なアプローチに基づき、生きられた経験として明らかにすることは、慢性呼吸器疾患をもちながら HOT を行う高齢期を生きる人々が、よりよい生活を営むための社会的な支援を検討する一資料となる。

II. 目的

慢性呼吸器疾患により在宅酸素療法を行う高齢者の生活の営みを、特に社会との関わりに焦点をあてて明らかにする。

III. 方法

研究デザインは、Van Manen（2014）の現象学を基盤とした質的記述的研究である。研究参加者は、医療機関に通院する 65 歳以上であり、慢性呼吸器疾患により HOT が導入されてから 1 年以上経過し、屋内での ADL が自立し、45 分程度の会話が可能な男性 6 名であった。除外条件は、常勤での仕事を続けている人とした。非構造化インタビューは 2 回とし、空いている診察室にて行った。分析方法は、「空間性」「時間性」「身体性」「関係性」の 4 つの生活世界を手がかりとしながら、社会との関わりに関連したエピソードに着目し、その人のモチーフ・テーマを抽出した。本研究は、日本赤十字看護大学研究倫理審査委員会及び必要な医療機関のみ研究協力施設の倫理審査の承認を得て実施した。

IV. 結果

6名の研究参加者の生活の営みについて記述する。参加者のモチーフについては、ゴシック体とし、テーマを<<>>、語りを「」で示した。

1. 常に酸素を切らさず自らを律しながら自分で自分を支えていく 80代のA氏は、1人暮らしであり、退職後、肺結核後遺症によりHOTが開始された。A氏は、「酸素がないと生きられない」という考えがあり、「自分に厳しくあること」を意識していた。そのため、<<何でも自分ですることが生き抜くことへの助けとなる>>と考えている。実際の社会との関わりでは、<<長生きするためにあえて他者と自分の置かれている状況を区別する>>ようになる一方で、<<外出先で同病者を見かける機会が増えることが1人暮らしを続けることへの励みとなる>>としていた。療養する居住地域では、<<自分を受け入れてくれる利便性の高い街に住むようになる>>ことで、A氏に合った社会との関わりを形成していた。

2. あるがままの自分を受け入れ普通の日常を大切にしながら余生を過ごしていく 70代のB氏は、肺炎を繰り返し発症し、HOTの導入となった。現在は、アパート経営を家族と協力しながら続け、自宅中心の生活を送っている。B氏は、「普通じゃなくなったから、普通でいたい」という思いがあった。B氏にとっての普通の生活には、大切にしたいと思う人との関わりとして、<<気心の知れた旧友と共に年を重ねる>>があり、<<家族だからこそあまり迷惑をかけずにこれまでと同じ接し方を続ける>>があった。そのためには、<<外出を通して自らの力でできることを認識し維持していく>>があり、呼吸器症状により行動に制限を感じつつも、自分の出来ることに目を向け、可能な限り継続したいとしていた。

3. 等身大の自分を見極めながらその時々に応じた楽しみ方を選択していく 80代のC氏は、幼少期から肺結核の再発を繰り返していた。数年前にHOT開始となり、非常勤での仕事を続け1人暮らしをしている。C氏は、「自分に見合った等身大をある程度決めて人生を送っていけば楽しい」としていた。C氏の<<物事をポジティブに捉えることが生きる幸せにつながる>>という信念は、病気との向き合い方にも活かされていた。また、<<自分に合った方法を決めながら満足のいく旅行を諦めずに続けていく>>ことを大切にし、<<安住の地だと確信できる今の住まいと人生を全うしていく>>ことで生活の基盤を整えていた。一方で、<<年齢や予測できない病状を案じいつでもサポートの受けられる存在を見つけていく>>があり、頼れる他者の存在が楽しい生活を送るための拠り所となっていた。

4. 気持ちを切り替えながら今の自分にあった役目を見つけていこうとする 70代のD氏は、長年料理人として働いていたが、COVID-19に感染後、HOTの導入となり、仕事を

退職した。D 氏の根底には、「絶対に社会復帰」するという強い思いがあり、努力を重ねる日々であった。療養生活を頑張る目標の 1 つには、料理人として仕事を再開することであり、そのためには「職場復帰への意欲を高めてくれる同僚とのつながりを持ち続ける」ことをしていた。一方で、病気の経過が見通せない状況であっても、「前向きな気持ちを後押しする医療者との関わりが今の自分を受け入れるようになる」体験があった。そして、退職に伴い、家庭内での役割が変化したことは、「家族を守りたい気持ちと負担を掛けたくない思いからできることはなるべくやっていく」ようになっていた。

5. 誰とでも仲良く付き合いながらどんな場所でも他者や自分を和ませる 70 代の E 氏は、数十年前に慢性閉塞性肺疾患と診断され、夜間のみ HOT 開始となり、数年前から日中も導入された。現在は、会社経営を引退し、家族共に自宅中心の生活を送っている。E 氏の信念には、「酸素と仲良く、誰とでも仲良く付き合うのが一番」があった。長年通い慣れている病院のスタッフには、自ら積極的に接し、「医療者と患者を超えた関係性を築くことで身体が元気になる」があった。そして、「快適な空気が流れる場所に足を運ぶようになる」ことは、元気でいるための源となっていた。また、様々な人との関わりでは、「相手が健康を顧みるきっかけとなるよう自分の体調管理や病状を知ってもらう」や、「これまでの人生経験から自分と相手の立場を気遣うようになる」があった。

6. 病気と友達になることを意識しながらベストな毎日を 1 日でも長く保つ 70 代の F 氏は、大企業で管理職・経営者を務めていたが、数十年前に慢性閉塞性肺疾患と診断された。退職と共に、夜間のみ HOT 導入となり、数年前から日中も開始となり、自宅にて妻と共に生活を送っている。F 氏は、「病気と友達になる」ことを意識し、病いをよく知ることを大切にしていた。病気と友達になるためには、「安心感をもたらす医療者の助言を得て病気とのよりよい対話を積み重ねていく」ことをしていた。そして、F 氏のベストな過ごし方は、「妻と共に過ごせる時間を少しでも長く持ち続けようとする」ことであり、人生における愉しみでもあった。そして、「気兼ねしない雰囲気を読み取りながら仕事仲間や旧友との集まりに参加する」は、生活の楽しみの 1 つとなっていた。

V. 考察

1. 無理のないペースを掴んでいくこと HOT を行う高齢者は、酸素ボンベの残量による外出時間の制約や、疾患や高齢による身体機能の低下を感じることで、動くことをより困難にさせていた。しかし、自身の身体的な感覚を捉え直し、今の体の状況を見定めながら、自分にとっての無理のないペースを掴んでいくことは、自分のことは自分でしてい

たいとする普通の生活をこれからも続けていくことであり、希望を失うことなく毎日を過ごすということにつながっていたのではないかと考える。

2. 他者との心地よい距離感を見つけていくこと 他者との関わりには、人との距離感を取ることで、または縮めていくことという特徴的な語りが見られた。そこには、自分で自分を助けていくという人に頼らないことや、誰とでも仲良くしていきたいという相互に支え合いたいとする思いがあり、他者に一方的に依存的な関係を求めないという点で共通していた。それは、自分にとって大切にしたい人とのつながりを持ち続けることであり、他者との関係性の中で心地よい距離感を見つけていくことになっていたと考える。

3. 病いとの上手な付き合い方を重ねていくこと 彼らにとって、社会との関わりをもつことは、病いとの上手な付き合い方を重ねていくという意味を付与していたと考える。そして、病いと上手に付き合うためには、高齢者のもつ人生経験が、物事の対処の仕方を様々に持ち合わせ、病気の捉え方にも活かされ、自分の人生を肯定的に生きようとする力を推し進めていた。また、病いと上手な付き合い方を重ねていくことは、生きることと同時に、人生の最期も意識するという、死への不安に対処していくことでもあった。

4. 自分の拠り所となる場所を選んでいくこと HOT を行う人は、自分の存在する場所が、療養生活の基盤となる場所として相応しいところであるかどうかを重視するようになっていた。それは、当事者にとって、自分の存在する場所が、息苦しさの出現や酸素ポンプを携帯することに負担のかからないことを意味し、生活の営みにおいて欠かせない要件になっていたと考える。そのため、社会との関わりは、自分の拠り所となる場所を現実的に選び取り、日々の暮らしを営むことを意味していたと考える。

5. 居場所を作り、これまでの連続性の中で生きていく営み 慢性呼吸器疾患により HOT を行う高齢者は、社会との関わりをもつことで、発病前の生活に戻ろうとするのではなく、身体を捉え直し、心地よい人との関係性や拠り所となる場所を見つけ、これまで歩んできた人生経験を活かしながら、現在や未来という時間をよりよく生きようとしていた。彼らは、病気にとらわれず、生きることの喜びや愉しみを念頭に置きながら、1日1日の生活を大切に営んでいた。当事者にとって、社会と関わりをもつことは、居場所を作り、これまでの連続性の中で生きていく営みという意味が付与され、リハビリという概念に類似するのではないかと考える。医療者は、病いをもつ人の経験を積極的に知り、相手の理解を深めることや、伴走者として支えようとする姿勢をもつことが、慢性呼吸器疾患により HOT を行う高齢者をケアする上で重要であることが示唆された。