

家族介護者を対象とした2時間の講習と12枚の絵はがきによるケア技術教育が家族介護者の介護負担感にもたらす効果についての検討

本田美和子^{†1} 林紗美[†] 森谷香子^{†1} 盛真知子^{†1} 伊東美緒^{†2} Rosette Marescotti^{†3}
Yves Gineste^{†3}

1 国立病院機構東京医療センター 2 東京都健康長寿医療センター研究所 3 Institut Gineste Marescotti

概要:

背景: 認知症をもつ家族の介護者は、重い介護負担感を感じている。

目的: マルチモーダルな包括的ケア技術の2時間の講習と、週1回郵送する絵はがきによるケア技術指導が、認知症高齢者を自宅で介護している家族介護者の介護負担感に与える影響について検討する。

方法: 家族介護者は2時間のマルチモーダルな包括的ケア技術に関するワークショップに参加した。ワークショップ終了後に毎週1回12週間にわたり「今週の介護のヒント」を郵送した。家族介護者の介護負担感に関して、介入前、介入後1ヶ月、3ヶ月に日本語版 Zarit Burden Interview (J-ZBI) を用いて評価した。介護を受けている認知症高齢者の認知症行動心理症状に対しては、Behavioral Pathology in Alzheimer's Disease (BEHAVE-AD) rating scale を用いて評価した。

結果: 148人の家族介護者が研究に参加し、118人が3ヶ月の観察期間を修了した。介護負担度J-ZBIは介入前13.1であったものが、1ヶ月後には10.7 ($p < 0.001$) and 3ヶ月後には10.5 ($p < 0.001$)と減少した。介護を受けている高齢者の認知症行動心理症状については介入前は12.9であったが、1ヶ月後には10.7 ($p < 0.01$)、3ヶ月後には11.2 ($p < 0.05$)と改善が認められた。結論: 2時間のマルチモーダルな包括的ケア技法に関するワークショップと、それに引き続き絵はがきによる12週間の教育介入は、家族介護者の介護負担感を軽減させ、介護を受けている認知症高齢者の行動心理症状を改善させた。

キーワード: 認知症, 家族介護者, 介護負担感, 認知症行動心理症状

2-hour interactive workshop for family caregivers followed by weekly instruction with postcard for 12 weeks reduced burden of caregivers and improved behavioral psychological symptoms of dementia of care receivers.

Miwako Honda^{†1} Sayoshi Hayashi^{†1} Kouko Moriya^{†1} Machiko Mori^{†1}
Mio Ito^{†2} Rosette Marescotti^{†3} Yves Gineste^{†3}

1 National Hospital Organization Tokyo Medical Center 2 Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology
3 Institut Gineste Marescotti

Abstract. Background: Family caregivers for people with dementia are in distress and feel severe burden. Objective: The aim of this study is to evaluate the effectiveness of 2-hour interactive workshop of multimodal comprehensive care methodology for family caregivers who are taking care of people with dementia at home. behavioral psychological symptoms of dementia (BPSD) of their care receivers were measured as secondary outcome. Method: Family caregivers participated 2-hour interactive workshop of multimodal comprehensive care methodology: Humanitude. The participants performed this care methodology at home to their cognitive impaired care receivers. 12 postcards were sent to the participants

weekly to teach the care techniques of the week. The burden of caregivers was measured by Zarit Burden Interview (ZBI) and BPSD of care receivers was scored by Behavioral Pathology in Alzheimer's Disease (BEHAVE-AD) rating scale. They were evaluated before the workshop (month 0), at month 1 and month 3 after the workshop. Result: 148 family caregivers enrolled the study and 118 completed 3-month follow up. ZBI of family caregivers was significantly reduced from 13.1 at month 0, then 10.7 at month 1 ($p<0.001$) and 10.5 at month 3 ($p<0.001$). BPSD was also significantly reduced from 12.9 at month 0, then 10.7 at month 1 ($p<0.01$) and 11.2 at month 3 ($p<0.05$). Conclusion: 2-hour interactive workshop of multimodal comprehensive care methodology: Humanity followed by 12 weekly postcard instructions is effective to reduce the burden of family caregivers and to improve BPSD of care receivers.

Keywords: dementia, family caregiver, care burden, behavioral psychology symptoms of dementia

1 はじめに

急速に高齢化が進む日本では、後期高齢者数は今後10年間で約1.5倍に達すると推定されている(文献1)。そのため、従来の保健・福祉の施策とは異なる、より革新的で実践的な手法を用いて市民が健康で自立して生活できるまちづくり、ならびに持続可能な保健・医療・福祉システムの構築に取り組むことが求められている。とりわけ、家族介護者の介護負担に関する問題は、もはや単なる家族内にとどまらず、社会的関心事となっており、家族介護者への様々な援助の必要性が求められている。

本研究グループは、厚生労働省行政推進調査事業費補助金(障害者政策総合研究事業(精神障害分野))の「精神障害者の地域生活支援の在り方とシステム構築に関する研究」の分担研究として計画された、「認知症高齢者の家族介護者を対象とした知覚・感情・言語による包括的ケアコミュニケーション教育の効果検討」を実施した。本研究は、2016年度から健康推進都市戦略「福岡100:人生100年時代の社会モデルへ」を開始した福岡市の協力を得て行われた。

2 研究の目的と背景、意義

目的: 地域で暮らす認知症高齢者の家族介護者の介護負担を軽減させる介護技術教育法の効果を検証する。

背景: 認知症高齢者が介護に対して強い拒否(認知症行動心理症状 Behavioral Psychological Symptoms of Dementia, BPSD)を示すとき、本人も介護する人も疲弊する(文献2)。先行研究では、知覚・感情・言語による包括的なケア

技法を用いたケア(ユマニチュード)が認知症のBPSDを低下させること、またケア従事者のバーンアウトが軽減すること、さらに僻地および地方中核都市で実施した小グループによる家族介護者向けの教育セッションの有効性が報告されている(文献3, 4)。

従来、ケア技術は客観的評価が困難であり、また属人性が高いものと認識されていたが、本ケア技法は、複数のコミュニケーション技術を同時に実施する技術の包括性をその特徴とし、さらにその技術要素は情報学的に分類し客観的な評価を可能とした。この情報学的分析は、ケアの評価及び教育に利用され始めている(文献5, 6, 7, 8, 9)。

今回は、大都市圏で自宅介護を行なっている認知症高齢者の家族介護者に対して、この知覚・感情・言語による包括的なケア技法を具体的な生活の中で役立つ形式で構成した簡易認知症介護研修を行い、家庭における介護の基本的な考え方およびコミュニケーション技術を提供することによって、家族の介護負担感、および認知症高齢者の行動心理症状の変化の有無を明らかにすることを計画した。

意義: 高齢社会を迎えた日本において、認知症高齢者の家族介護者の負担は著しく増加している。認知症高齢者の家族が介護研修参加することによって、家族の介護負担感の軽減を図ることが見込まれる。

3 研究のデザイン

本研究は、単一群・前後比較研究としてデザインされた。(図1)

†1 国立病院機構東京医療センター
National Hospital Organization Tokyo Medical Center
†2 東京都健康長寿医療センター研究所
Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology
†3 Institut Gineste Marescotti

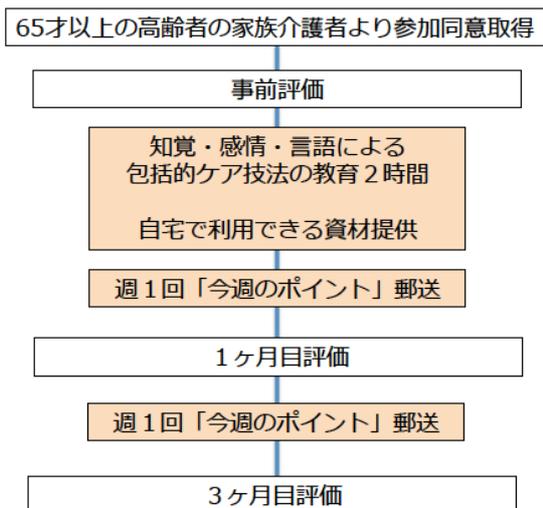


図1：研究デザイン

4 研究の対象

本研究の対象者は①認知症高齢者を介護している四親等以内の家族（家族介護者：配偶者、兄弟姉妹、子・子の配偶者、孫・孫の配偶者）並びに②その人から介護を受けている65才以上の高齢者とした。

適格基準：

家族介護者の適格基準は福岡市在住の65才以上の高齢者を介護する家族で、本人から研究参加の書面による同意の得られる者とする。家族介護者から介護を受けている高齢者は、本人または代理諾者から書面による同意を得られる者。

5 研究介入

認知症高齢者を自宅で介護する家族介護者に、知覚・感情・言語による包括的ケア技法の映像(図2)及び紙媒体で構成される簡易教材を用いた、家庭における介護の基本的な考え方およびコミュニケーション技術教育ワークショップを2時間実施し、その後毎週1回、「今週の介護のポイント」について絵はがきを12週間郵送した(図3)。



図2 映像資料例



図3：絵はがき例

6 評価項目

主要アウトカム

介護をしている家族介護者の介護負担感

評価尺度・日本語版Zarit Burden Interview: J-ZBI

副次アウトカム

介護を受けている認知症高齢者の認知症行動心理症状

評価尺度・Behavioral Pathology in Alzheimer's disease: BEHAVE-AD

主要アウトカム評価・副次アウトカム評価を介入前、介入1か月後、介入3か月後に実施した。

7 結果

148人の家族介護者が研究に参加し、118人が3か月の観察期間を修了した。

介護負担度J-ZBIは介入前13.1であったものが、1ヶ月後には10.7 ($p < 0.001$) and 3ヶ月後には10.5 ($p < 0.001$)と減少した。介護を受けている高齢者の認知症行動心理症状については介入前は12.9であったが、1ヶ月後には10.7 ($p < 0.01$)、3ヶ月後には11.2 ($p < 0.05$)と改善が認められた。

さらに、研究参加者からの自由記載の感想からは、ケア技術を意識して用いることによって認知症症状の軽減、および認知症症状が進行した場合でも認知症高齢者とのコミュニケーションが良好に保たれている可能性が示唆された。

8 考察

高齢社会を迎えた日本において、家族介護者の役割は増大している。その一方で家族の介護負担の重さは、社会的問題となってきた。本研究では、知覚・感情・言語による包括的なマルチモーダルケア技法・ユマニチュードの簡易教育を2時間行い、絵はがきによるフォローアップを12週にわたり行なった。その結果、家族の介護負担感、認知症高齢者の認知症行動心理症状がともに有意に減少した。2時間の講習・絵はがき12枚のフォローアップは、介護で忙しい家族にとって負担が少なく、更に講習を実施する側にとっても時間的・経済的コストも低い。ユマニチュードの簡易教育は家族介護者の介護負担感の減少、認知症高齢者の認知症行動心理症状の軽減に有効であり、高齢社会を迎えた日本の地域社会に資するものとなる。

9 結論

2時間のマルチモーダルな包括的ケア技法に関するワークショップと、それに引き続く絵はがきによる12週間の教育介入は、家族介護者の介護負担感を軽減させ、介護を受けている認知症高齢者の行動心理症状を改善させた。

参考文献

1. Tamiya N et al, Population ageing and wellbeing: lessons from Japan's longterm care insurance policy *The Lancet*, 2011;378(9797):1183-1192
2. Adelman R, Tmanova L et al. Caregiver burden, a clinical review. *JAMA* 2014;311(10):1052-60
3. Honda M, et al. Reduction of Behavioral Psychological Symptoms of Dementia by Multimodal Comprehensive Care for Vulnerable Geriatric Patients in an Acute Care Hospital: A Case Series, *Case Report in Medicine*, 2016, Article ID 4813196
4. 伊東美緒 認知症の人が可能な限り在宅で過ごせるための家族向けケア技術研修の効果～ユマニチュードという実践的ケア技法を用いて～ 公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団2014年度後期助成報告書 http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/data/file/data1_20160225073907.pdf (accessed on May 29, 2017)
5. 竹林洋一 「当たり前」あるいは「達人の技」の細部

- を分析する-認知情報学によるユマニチュードの“見える化”, 訪問看護と介護 2015;20(4):285-290
6. Ishikawa S et al. The skill representation of a multimodal communication care method for people with dementia, *JJAP cof Proc*, 2016;011616:4
 7. Nakazawa A et al. Evaluation of face-to face communication skills for people with dementia using a head-mounted system. Third international workshop on Pattern Recognition for Healthcare Analytics, Cancun, 2016
 8. 竹林洋一 人口昨日技術が紐解くコミュニケーション・ケア 認知症ケアを高度化する「見立て」と「学びの環境」総合診療, 2017;27(5)615-620
 9. 中澤篤志 医療コミュニケーションにおける人工知能の可能性 医師の「五感」をも定量化できる時代へ