

年 月 日

〇〇病院 〇〇病棟 [看護師長] 殿

研究へのご協力をお願い

拝啓 時下ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

現在、聖路加国際大学大学院博士後期課程に在籍しております加藤木真史と申します。私は、消化器外科病棟での勤務経験から、手術を受けた患者の早期離床に関心を持ち、研究に取り組んでまいりました。

このたび、術後の患者が生活行動をとおして離床を実現するために、あらたな看護ケアを開発しました。開発した看護ケアの有用性を検討するために、患者と看護師の皆様にご協力を賜り、臨床での実施と評価をさせていただきたいと考えております。本研究の結果は、看護師が行う術後の離床援助の役割を見直し、その可能性を開拓するものと考えております。是非ご協力いただきたくお願い申し上げます。

敬具

記

<研究の概要>

1. 研究対象者

下記の条件を満たす患者 60 名程度 (各群 30 名程度)

- 1) 全身麻酔下で消化管 (食道を除く) 切除術を受ける 20 歳以上の者
- 2) 術前の日常生活行動に障害がない者
- 3) 言語でのコミュニケーションがとれる者
- 4) 意識障害がない者
- 5) 術後、一般病床で管理されている者
- 6) 術後に活動制限がない者

2. 研究方法

1) データ収集期間：〇年〇月～〇月

2) 全体の流れ

- ①〇月～〇月：病棟で通常行われる離床ケアを受ける対象者のデータ収集の期間。
- ②〇月の 3～4 週間：病棟看護師を対象に、研究者が作成した離床ケア (生活行動促進ケア) の説明会を数回行い、病棟の離床ケアとして実施していく期間。
- ③〇月～〇月：生活行動促進ケアを受けた対象者のデータ収集の期間。

3) 患者に依頼する内容

- ・手術当日入室後または術後 1 日目朝から術後 4 日目朝まで、ウエスト部に歩数計を付けていただきます。
- ・術後 1 日目から術後 3 日目まで毎日、夕方にアンケートに回答していただきます。
- ・診療録から患者の基本情報を収集させていただきます。

4) 病棟看護師に依頼する内容

上記②で生活行動促進ケアを実践し、実践チェックシートへのご記入をお願いいたします。
また、③終了後、生活行動促進ケアに関する簡単なアンケートへの回答をお願いいたします。

3. 対象者の選定方法

- 1) 病棟師長とともに条件を満たす患者を選定し、主治医または担当医師に報告したのち、病棟師長から候補者に研究の概要、研究者に紹介することを説明してもらう。
- 2) 了承が得られた場合、候補者の都合のよい時間に研究者が病室に行き、研究の主旨・方法・内容等について文書と口頭で説明する。
- 3) 研究協力の同意が得られた場合、同意書への署名を依頼し、その際、研究協力の同意撤回書と封筒を手渡す。

4. 倫理的配慮

研究の主旨と方法、自由意志による協力であること、研究への協力や拒否が治療や看護に影響しないこと、いつでも中止可能なこと、プライバシーの保護等について研究者が直接説明し、同意を得たいと考えております。また、本研究で知り得た情報に関しては、対象者の情報の匿名性と秘密の保持を遵守し、本研究の目的以外には使用しないことをお約束いたします。

5. 研究協力者の利益と不利益、および不利益を最小限にするための方法

手術後間もない時期ですので、身体的心理的な負担を感じるがあると思います。毎日、研究協力の意思をご本人に確認するとともに、疲労などの様子が見られた場合には、アンケートの回答を中断するなどの配慮をしたいと考えております。また、アンケートの回答に時間的な拘束をかけるため、ご協力いただいた方には 1,000 円程度の粗品 (図書カード) をお渡しいたします。

<ご協力、ご承諾いただきたい内容>

- 1) ○月からのおよそ 3 か月間、生活行動促進ケアを病棟の看護ケアとして導入すること
- 2) 上記「3. 対象患者の選定方法」について、病棟師長にご協力をいただくこと
- 3) 研究協力に同意をいただいた患者の診療録から、研究者が必要な情報を収集すること
- 4) 研究の概要 (歩数計の取り扱い含む) を病棟スタッフに説明する時間をいただくこと

以上

聖路加国際大学大学院 看護学研究科 博士後期課程 加藤木 真史

住所：〒104-0044 東京都中央区明石町 10-1

電話：03-3543-6391 (代表)

Email：○○○○@slcn.ac.jp

指導教員：聖路加国際大学 看護技術学教授 菱沼 典子

聖路加国際大学研究倫理審査委員会承認番号：15-A090

文部科学省科学研究費 若手研究 B 課題番号 15K20681

年 月 日

〇〇病院 〇〇科 [医師名] 殿

研究へのご協力をお願い

拝啓 時下ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

現在、聖路加国際大学大学院博士後期課程に在籍しております加藤木真史と申します。私は、消化器外科病棟での勤務経験から、手術を受けた患者の早期離床に関心を持ち、研究に取り組んでまいりました。

このたび、術後の患者が生活行動をとおして離床を実現するために、あらたな看護ケアを開発しました。開発した看護ケアの有用性を検討するために、患者と看護師にご協力を賜り、臨床での実施と評価をさせていただきたいと考えております。本研究の結果は、看護師が行う術後の離床援助の役割を見直し、その可能性を開拓するものと考えております。是非ご協力いただきたくお願い申し上げます。

敬具

記

<研究の概要>

1. 研究対象者

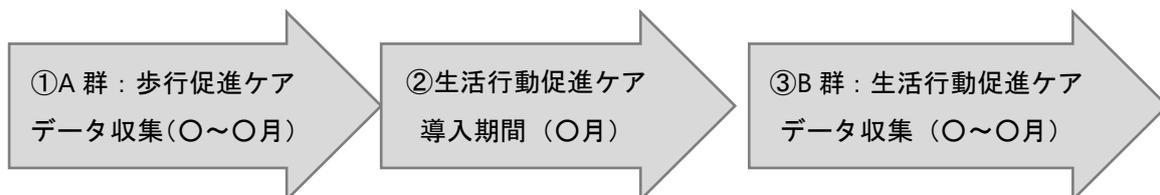
全身麻酔下で消化管（食道を除く）切除術を受ける 20 歳以上の者（計 60 名程度）

[除外基準]

- 1) 術前の日常生活行動に障害がある者
- 2) 言語でのコミュニケーションがとれない者
- 3) 意識障害がある者
- 4) 術後、ICU に入室する者
- 5) 術後に活動制限がある者

2. 研究方法

- 1) データ収集期間：〇年〇月～〇月
- 2) 全体の流れ



A 群：歩行促進ケア＝現在行われているケア。主に歩行に焦点を当てたケア。

B 群：生活行動促進ケア＝排泄、清潔、食事、面会などの生活行動を離床につなげるケア

3) 患者に依頼する内容

- ・歩数計の装着：術後 1 日目朝から術後 4 日目朝までウエスト部に装着していただきます。
- ・アンケートの回答：術後 3 日目、毎日夕方に簡単なアンケートに回答していただきます。
- ・診療録の閲覧：診療録から患者の基本情報を収集させていただきます。

4) 病棟看護師に依頼する内容

生活行動促進ケアに関するアンケートを依頼いたします。

3. 対象者の選定方法

- 1) 病棟師長とともに条件を満たす患者を選定し、主治医または担当医師に報告したのち、病棟師長から候補者に研究の概要、研究者に紹介することを説明してもらう。
- 2) 了承が得られた場合、候補者の都合のよい時間に研究者が病室に行き、研究の主旨・方法・内容等について文書と口頭で説明する。
- 3) 研究協力の同意が得られた場合、同意書への署名を依頼し、その際、研究協力の同意撤回書と封筒を手渡す。

4. 倫理的配慮

研究の主旨と方法、自由意志による協力であること、研究への協力や拒否が治療や看護に影響しないこと、いつでも中止可能なこと、プライバシーの保護等について研究者が直接説明し、同意を得たいと考えております。また、本研究で知り得た情報に関しては、対象者の情報の匿名性と秘密の保持を遵守し、本研究の目的以外には使用しないことをお約束いたします。

5. 研究協力者の利益と不利益、および不利益を最小限にするための方法

手術後間もない時期ですので、身体的心理的な負担を感じるかもしれません。毎日、研究協力の意思をご本人に確認するとともに、疲労などの様子が見られた場合には、アンケートの回答を中断するなどの配慮をしたいと考えております。また、アンケートの回答に時間的な拘束をかけるため、ご協力いただいた方には 1,000 円程度の粗品（図書カード）をお渡しいたします。

<ご協力、ご承諾いただきたい内容>

条件を満たす患者から研究協力の同意が得られたら、主治医に報告します。

その際、研究協力がふさわしくない事情がありましたら、教えていただきたく存じます。

以上

聖路加国際大学大学院 看護学研究科 博士後期課程 加藤木 真史

住所：〒104-0044 東京都中央区明石町 10-1

電話：03-3543-6391（代表）

Email：○○○○@slcn.ac.jp

指導教員：聖路加国際大学 看護技術学教授 菱沼 典子

聖路加国際大学研究倫理審査委員会承認番号：15-A090

文部科学省科学研究費 若手研究 B 課題番号 15K20681

研究へのご協力をお願い

聖路加国際大学看護学部勤務の看護師の加藤木真史（カトウギ マサシ）と申します。私は、手術を受けた患者さんが早くもとの生活に戻るための支援について研究しています。研究の趣旨をご理解のうえ、ぜひご協力をお願いいたします。

《研究の目的と意義》

手術のあとは、早い時期からベッドを離れること（離床^{りしよく}といいます）が心身の回復に重要であることがわかっています。そして、手術を受けた患者さんが手術翌日から歩行できるよう、看護師はさまざまな支援をしています。しかし研究を進めるなかで、看護師のケアには、まだ工夫の余地があることがわかってきました。

そこで今回、患者さんの離床に向けた新たな看護ケアを開発しました。この研究では、これまで病棟で行われてきたケアと、今回新たに開発したケアが、患者さんの回復にどのように影響するかを比較したいと考えております。この研究で得られる結果は、手術を受ける患者さんの回復を支える看護を考えるために役立つという意義があります。



《看護師が行うケア》

この研究は、「これまで病棟で行われてきた看護ケアを行う期間」と、その後「新たな看護ケアを採用した期間」を比較して、その時期に行われた看護ケアの効果を調べるものです。

そのため、ある時期に入院中の患者さんには、どちらか一方の看護ケアしか行われません。つまり、同じ時期に入院中の患者さんと、受ける看護ケアが異なるということはありません。

- ①〇年〇月～〇月 これまで病棟で行われてきた看護ケアが行われます
- ②〇年〇月～〇月 今回新たに開発した看護ケアが行われます

《ご協力をお願いしたいこと》

1. 歩数計の装着

術後 1 日目から術後 4 日目の朝まで、ウエスト部に歩数計を付けていただきます。歩数計の取り付け、取り外しは研究者または看護師が行いますので、何も気にせずお過ごしください。

2. アンケートの回答

術後 1 日目から術後 3 日目まで毎日、夕方 5～7 時ごろ簡単なアンケートへの回答をお願いいたします。

3. 診療録の閲覧

患者さんの病気や治療内容に関する情報を診療録から収集させていただきます。

《研究へのご協力をいただく際のお約束》

1. 研究に協力するかどうかは、ご自身で自由に決めることができます。
2. 協力するしないにかかわらず、受ける治療や看護は通常と変わりません。
3. 協力した後でもいつでも研究への協力を辞めることができます。その際は「研究協力の同意撤回書」を研究者や看護師にお渡しください。アンケート用紙や個人情報等は破棄いたします。
4. 心身の負担を感じた場合は、遠慮なく研究者にお伝えください。休憩をとったり、アンケートの回答を中止したりすることができます。
5. プライバシーの保護に十分配慮し、お聞きしたことやアンケート・カルテ等の内容は私以外の者に漏れないよう、責任をもって管理し、離床の研究目的以外に使用いたしません。また、個人情報が含まれる資料に関しては研究公表後、5年間保存したあとに裁断、消去いたします。
6. 研究結果を論文やその他の方法で公表する際にも匿名性を守ります。
7. 研究への協力に際し、些少ですが謝礼をお渡しいたします。

ご協力いただける場合は、同意書にご署名をお願いいたします。

本研究に関するご質問がありましたら、いつでもお問い合わせください。



聖路加国際大学大学院看護学研究科 加藤木 真史

住所：〒104-0044 東京都中央区明石町 10-1

電話：03-3543-6391 (代表)

Email：oooo@slcn.ac.jp

指導教員：聖路加国際大学 看護技術学教授 菱沼 典子

聖路加国際大学研究倫理審査委員会承認番号：15-A090

文部科学省科学研究費 若手研究 B 課題番号 15K20681

研究へのご協力のお願い

現在、聖路加国際大学 大学院看護学研究科に所属する加藤木真史(カトウギ マサシ)と申します。私は、消化器外科病棟での勤務経験から、術後の離床援助について研究しています。今回の研究は、消化管切除術を受けた患者に対して、看護師の皆様が行う離床援助の影響を調べ、よりよい回復に向けた看護ケアを考えるのに役立てたいと思っています。研究の趣旨をご理解のうえ、ぜひご協力をお願いいたします。

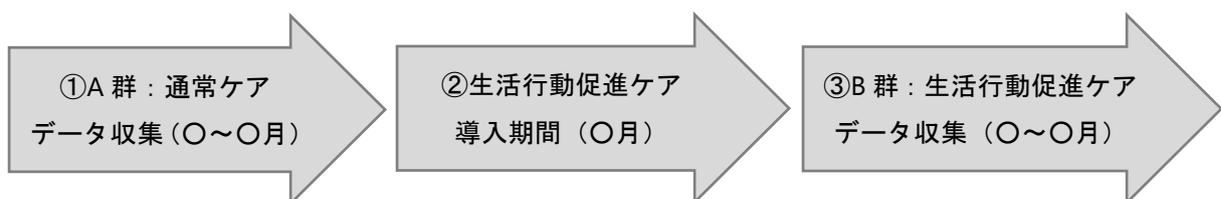
《研究の目的と意義》

術後の離床(ベッドから離れること)は、心身の回復に重要であり、手術を受けた患者の離床に向けて看護師は様々な支援をしています。しかし研究をすすめるなかで、患者の離床は、生活行動を通してベッドを離れることや、それらができる環境を整えることで促進される可能性があることがわかってきました。

そこで今回、患者の離床に向けた新たな看護ケアを開発しました。この研究では、これまで病棟で行われてきた離床援助と、今回新たに開発した離床援助が、患者の回復にどのように影響するかを比較したいと考えております。この研究で得られる結果は、手術を受ける患者の回復を支える看護を考えるために役立つという意義があります。

《看護師が行う離床援助》

この研究は「これまで病棟で行われてきた離床援助(=通常ケア)を行う期間」と、その後「新たな離床援助(=生活行動促進ケア)を行う期間」を比較して、その時期に行われた看護ケアの効果を調べるものです。そのため、ある時期に入院中の患者には、どちらか一方の離床援助しか行われません。



《看護師の皆様にご協力をお願いしたいこと》

上記②③の期間、消化管手術を受ける患者に「生活行動促進ケア」を実践し、2つのアンケートへの回答をお願いいたします。アンケートの提出をもって研究協力に同意いただけたいものとします。

アンケートA: 上記②の導入期間中、実践して感じた疑問、困難などを教えてください。いただいたご意見をもとに、皆様により実践しやすい方法等を検討します。

アンケートB: 上記③の終わり(11月頃)に配布いたします。実践してみでの感想、患者の反応などお気づきの点を教えてください。「生活行動促進ケア」を評価する際の参考にさせていただきます。

「生活行動促進ケア」の具体的な内容は、看護師用実践ガイド（ピンク色の冊子）をもとにご説明いたします。



看護師用実践ガイド



患者用ポスター

《研究へのご協力をいただく際のお約束》

1. アンケートに回答するかどうかは、ご自身で自由に決めることができます。
2. アンケートに協力するしないにかかわらず、あなたの勤務に関して不利益を被ることはありません。
3. プライバシーの保護に十分配慮し、得られた情報は研究の目的以外に用いることはありません。また、管理者へ報告したり、不当な評価を受けるような報告をしたりすることはありません。
4. 研究結果を論文やその他の方法で公表する際にも匿名性を守ります。

本研究は、研究者が所属する大学の倫理委員会によって承認されております。

本研究に関するご質問がありましたら、いつでもお問い合わせください。

聖路加国際大学 大学院看護学研究科 助教 加藤木 真史

住所：〒104-0044 東京都中央区明石町 10-1

電話：03-3543-6391（代表）

Email：oooo@slen.ac.jp

指導教員：聖路加国際大学 大学院看護学研究科 教授 菱沼 典子

聖路加国際大学研究倫理審査委員会承認番号：15-A090

文部科学省科学研究費 若手研究 B 課題番号 15K20681

聖路加国際大学
学長 福井 次矢 殿

研究への協力の同意書

私は、「生活行動の視点に基づく消化管術後患者の離床を促進する看護モデルの開発」の研究について、説明文書を用いて説明を受け、内容を理解し、この研究に協力することに同意します。

日付： 年 月 日

研究対象者（署名）： _____

研究者（署名）： _____

聖路加国際大学 研究倫理審査委員会承認番号：15-A090

聖路加国際大学
学長 福井次矢 殿

研究協力の同意撤回書

私は、「生活行動の視点に基づく消化管術後患者の離床を促進する看護モデルの開発」の研究への協力を同意しましたが、この度、同意を撤回することにしましたので通知します。

日付： 年 月 日

氏名（署名）： _____

術後の離床に向けた 生活行動促進ケア 実践ガイド



目次

1. 離床を目指した「生活行動促進ケア」とは	1
1 離床の看護とは？	1
2 離床を目指した「生活行動促進ケア」	3
2. 「生活行動促進ケア」の実際	4
1 「生活行動促進ケア」を構成する4つのケア項目	4
2 入院日～手術前日に行うケア	4
1 通常の術前オリエンテーション	4
2 患者用ポスターを用いた離床の説明	4
3 起きて過ごすための道具の説明	5
4 起きて過ごせる場所の説明	5
3 術後1日目～3日目に行うケア	6
1 患者との目標設定	6
2 目標達成に向けたケア	7
3 患者との目標達成度の確認	7

本冊子はJSPS科研費 15K20681の助成によるものです。
研究代表者:加藤木 真史(聖路加国際大学大学院看護学研究科)
発行:2016年6月

1 離床を目指した「生活行動促進ケア」とは

1 離床の看護とは？

術後の早期離床は、100年以上も前から実践が報告され、実践と研究の蓄積とともに、現在では術後管理の基本に位置づけられています。

私自身も、消化器外科病棟に勤務していたときに、患者の離床に向けて取り組んできました。「離床」とは文字通り「病床(ベッド)を離れる」ことです。ところが、いつからか“離床は廊下を歩くこと”という認識になり、患者に歩行を促すことが、離床を促す唯一の方法になっていたことに気がきました。

離床の看護について調べてみると、術前教育、疼痛管理など、離床の準備にあたるケアは書かれていますが、実際に離床をどう促進するかは具体的に述べられていません。そこで、離床を促進する看護を考える手がかりを得るために、手術を受けた患者がどのように離床しているのかを知りたいと考え、2つの研究を実施しました。術後患者の行動を3日間観察する事例研究、患者・看護師を対象にしたインタビュー調査です。

研究の結果、患者は廊下を歩くだけでなく、トイレに行ったり、椅子に座って食事をしたりと、さまざまな生活行動をとおしてベッドを離れていることがわかりました。また、そこには離床のきっかけとなる出来事、起きて使う道具、ベッド以外の場所など離床を促進する5つの要素がありました。つまり、離床を促進するためには、患者に歩行を促すばかりでなく、生活行動を通してベッドを離れること、それらができる環境を整えることが必要なのではないかと考えられたのです。

患者が離床してとった行動(加藤木, 2013)

① 意識して歩行する	⑦ テレビ・ラジオを見聞きする
② 椅子に座り休む	⑧ 新聞・雑誌を読む
③ トイレで排泄をする	⑨ 趣味活動をする
④ 身だしなみを整える	⑩ 体重測定・検査に行く
⑤ 食事をする	⑪ 売店に買い物に行く
⑥ 面会者・同室者と交流する	⑫ ランドリー室で洗濯をする

離床を促進する5つの要素

① 離床のきっかけ	食事、排泄、清潔、面会、検査など
② 起きて使う道具	テレビ・ラジオ、本・新聞、PC、 趣味の道具(パズル・書き物・編み物など)
③ ベッド以外の場所	ベッドサイドの椅子、ラウンジ、売店、庭園
④ 具体的な目標	患者とともに決める具体的な離床目標
⑤ 他者の励まし	医療者、家族、他の患者の励まし・ねぎらい

文献 加藤木真史(2013). 大腸術後患者の早期離床-Enhanced Recovery After Surgeryプロトコル適用患者の参加観察から-. 日本看護技術学会誌, 12(1), 95-102.

② 離床を目指した「生活行動促進ケア」

前述したとおり、離床を促進するためには、歩行を促すばかりでなく、生活行動を通してベッドを離れること、それらができる環境を整えることが必要です。そこで、患者が生活行動をとおして離床するために、離床を促進する要素を取り入れた看護ケアを考えました。この一連のケアを「生活行動促進ケア」と呼びます。

今回、歩行を促すことを中心としたケア(「歩行促進ケア」と呼びます)との比較から、「生活行動促進ケア」の効果を明らかにするために研究を計画しました。この冊子を通読していただいた上で、日々の臨床に「生活行動促進ケア」を導入していただきたいと思っています。



2

「生活行動促進ケア」の実際

1 「生活行動促進ケア」を構成する4つのケア項目

「生活行動促進ケア」は、以下の4つのケア項目から成ります。

実施日	ケア項目
入院日～手術前日	術前オリエンテーション
術後1日目～3日目	患者との日々の目標設定
	目標達成に向けたケア
	患者との目標達成度の確認

2 入院日～手術前日に行うケア

1. 通常の術前オリエンテーション

病棟で使用している患者用パンフレットを用いて、普段実施しているオリエンテーションをします。

説明内容

・入院から手術までの流れ	・術後の経口摂取開始時期
・術後のルート類の種類	・離床開始時期等
・PCAによる鎮痛方法	

など

2. 患者用ポスターを用いた離床の説明

患者用ポスター「手術後の離床のステップ」を用いて、離床の説明をします。可能であれば、ご家族も一緒に説明を聞いてもらいます。

説明内容

- 術後当日から、ポスターにある行動(生活に必要な行動)をとる中で、積極的に離床(=ベッドから離れる)時間を増やす
- ポスターにあるステップの段階(ステップ0～4)は、術後日数を示しているものではなく、患者によって達成のスピードは異なる
- 術後1日目以降、毎日午前中に、その日の目標となるステップと行動を看護師と一緒に設定する
- 痛みなどの辛い症状は、遠慮なく看護師に伝えて欲しい
- 早くもとの生活に戻れるよう、無理のない範囲で行動してほしい

3. 起きて過ごすための道具の説明

離床のために必要な道具の準備を依頼します。どんな物を準備できそうか、患者の生活背景・趣味などを聞きながら一緒に考えます。

例:本、雑誌、DVD、パソコン、タブレット、趣味の道具(編み物、パズル、書き物など)

4. 起きて過ごせる場所の説明

ベッド以外の場所として、病室の椅子、ラウンジ、庭園などがあることを説明し、患者が過ごせる場所がベッドだけではないことを意識づけます。説明後は、患者用ポスターは患者に手渡すか、病室のホワイトボードに貼ります。



実際のポスター(縮小サイズ)

3 術後1日目～3日目に行うケア

術後1日目から術後3日目まで毎日、下記を実施します。

1. 患者との目標設定

- ・ 午前中、患者用ポスターを用いて患者とともにその日1日の目標を設定します。
- ・ 前日に達成したステップについては、1度達成したら終わりではなく、毎日引き続き実施することを説明します。



目標設定における留意点

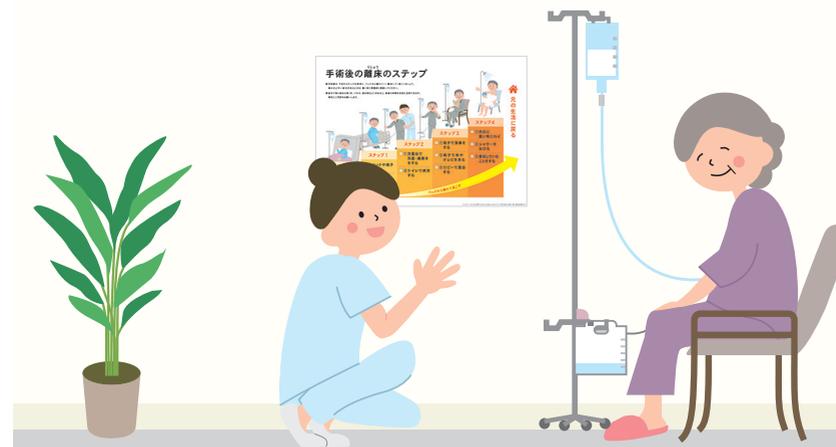
- ・ 目標は、患者の心身の状況、前日の目標達成度に合わせて、**患者個々に設定**します。
- ・ 目標は、ポスターを見ながら、**患者とともに設定**することを心がけます。
- ・ 目標の内容は「廊下〇周」「午前・午後に歩く」という“歩行の程度”を示すものだけでなく、ポスターのステップにあるような“**生活行動**”の内容を**必ず含む**ものとします。
- ・ 各ステップの内容は、1度達成したら終わりということではありません。例えば、術後2日目にステップ2の内容を目標に設定した場合も、ステップ1にある「廊下を歩く」「ベッドや椅子に座る」ことも**引き続き実施**することを患者に説明します。

2. 目標達成に向けたケア

- ・ 目標に挙げた行動がとれるよう身体管理（症状緩和など）、環境整備、声かけ、必要時は付き添いを行います。
- ・ 廊下を歩行するだけでなく、生活行動をとおして歩行したり、椅子に座ったりする時間をくり出すことを念頭に関わります。
※ステップに対応したケア内容は次のページをご覧ください。

3. 患者との目標達成度の確認

日勤の終わりに、その日の目標達成度を患者とともに振り返ります。達成した部分、達成できなかった部分とその理由を振り返り、翌日の目標設定に反映します。



※ステップに対応したケア内容は次のページをご覧ください。

ステップに対応したケア

ステップ	ステップ0	ステップ1	ステップ2	ステップ3	ステップ4
	<ol style="list-style-type: none"> ① ベッド上で寝返りをうつ ② 上体を起こして過ごす 	<ol style="list-style-type: none"> ① ベッドや椅子に座る ② 廊下を歩く 	<ol style="list-style-type: none"> ① 洗面台で洗面・歯磨きをする ② トイレで排泄する 	<ol style="list-style-type: none"> ① 椅子で食事をする ② 椅子で本やテレビを見る ③ ロビーで面会する 	<ol style="list-style-type: none"> ① 売店に買い物に行く ② シャワーを浴びる ③ 普段していることをする 
離床を促す	<p>[離床に向けた準備]</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 体位変換の声かけ、介助をする □ 上体を起こして過ごす時間をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> □ 端座位、又はベッドサイドの椅子に座る時間をつくる □ 立位・歩行の介助をする 	<ul style="list-style-type: none"> □ 洗面・歯磨きを洗面台でするよう促す □ 尿道カテーテル抜去後、排泄はトイレでするよう促す 	<ul style="list-style-type: none"> □ 食事は椅子に座って（または端座位で）できるよう配膳する □ テレビ、読書などをして椅子に座る時間を作るように促す □ 面会時はラウンジに行ったり、病室の椅子に座るよう促す。必要時、病室に面会者用の椅子を準備する。 	<ul style="list-style-type: none"> □ 売店に買い物に行くなど、病棟外に出る時間をつくる □ シャワーが許可されたらシャワー浴を促す □ 自宅から持参した物（趣味の道具など）を使用して、普段の生活で実施している趣味/活動をするよう促す
病室環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> □ 体位変換がしやすいように、ベッド上、ルート類を整理する 	<p>[ステップ1~4共通]</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 腹部に負担のかからない 起き上がり方を説明する □ 前日迄に達成したステップ も、引き続き実施するよう促す □ 離床には、清潔ケア、呼吸訓練、リネン交換、面会など、離床のきっかけとなる出来事をうまく活用する <p>[ステップ1~4共通]</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 動きやすいようルート類を 片側に整理する □ 患者が座りやすい位置に 病室の椅子を配置し、必要ならベッドの位置をずらす □ 患者が座る椅子に、余計な 荷物がないかを確認する 			

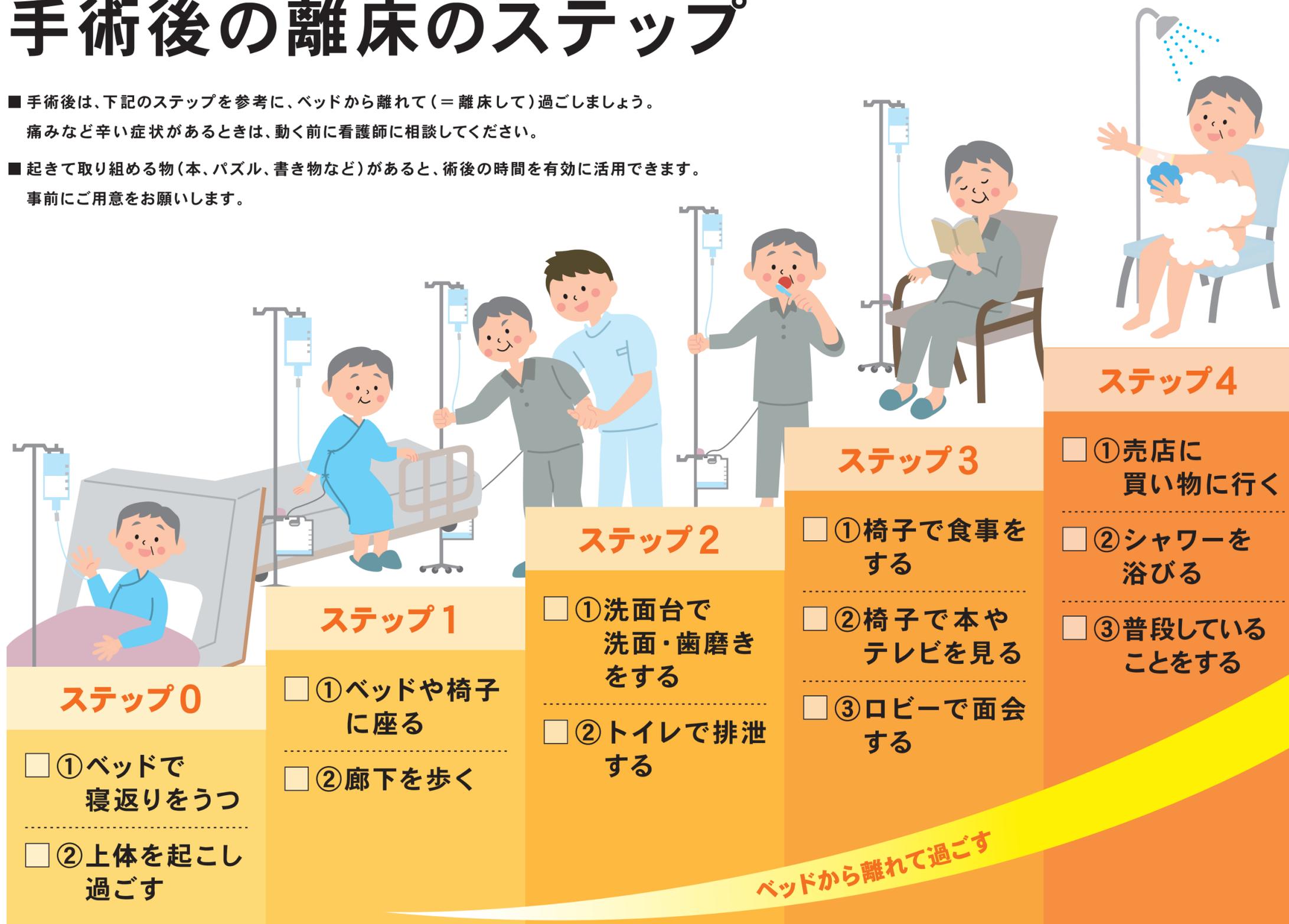
手術後の離床のステップ

■ 手術後は、下記のステップを参考に、ベッドから離れて(=離床して)過ごしましょう。

痛みなど辛い症状があるときは、動く前に看護師に相談してください。

■ 起きて取り組める物(本、パズル、書き物など)があると、術後の時間を有効に活用できます。

事前にご用意をお願いします。



元の生活に戻る

術後の過ごし方についてのアンケート

はじめにお読みください

- このアンケートは、術後1日目（手術翌日）から3日目まで毎日答えていただくものです。ご自身の体調にあわせて、毎日夕方5～7時頃にご記入をお願いいたします。
- 回答にあたっては、質問文をよくお読みになり、ありのままお答えください。
- アンケート内の「ベッドを離れる」は、以下の動作を指します。

「ベッドを離れる」とは

○ 下のイラストのように、ベッドから足を下ろした姿勢をとることを指します。



立つ・歩く



椅子や車いすに座る



ベッドに腰掛ける

× 下のイラストのように、ベッドから足を下ろさずにとる動作は含みません。



- アンケート票は3日分を色分けしていますので、下のチェック欄を確認しながらご記入をお願いいたします。

記入後が終わったらチェック☑をしてください



術後1日目（みどり色） ご記入日20 年 月 日 曜日



術後2日目（ピンク色） ご記入日20 年 月 日 曜日



術後3日目（青色） ご記入日20 年 月 日 曜日

問1 今日から立ったり、歩いたりする予定であることを知っていましたか？〔1つだけ〇〕

1. 知っていた → 問2へ

2. 今日からとは知らなかった

3. 知らなかった

問3へ

問2-① 今日から立ったり、歩いたりする予定であることをいつ知りましたか？〔1つだけ〇〕

1. 手術前の外来で
2. 入院してから手術当日までの間
3. 手術が終わってから
4. その他

具体的にご記入ください

問2-② 誰から説明がありましたか？〔いくつでも〇〕

1. 医師
2. 看護師
3. その他

具体的にご記入ください

問2-③ 今日から立ったり、歩いたりするのは何のためと説明がありましたか？〔いくつでも〇〕

1. 理由を聞いた記憶はない
2. 説明はあったと思うが理由は覚えていない
3. 肺炎の予防のため
4. 血栓（血管内にできる血の塊）の予防のため
5. 腸閉塞の予防のため
6. 筋力の低下を予防するため
7. 昼夜のメリハリをつけるため
8. 元の生活に近づくため
9. 早く退院するため
10. その他

具体的にご記入ください

問3 今日、ベッドから何回離れましたか？

<div style="border-bottom: 1px dashed black; margin: 0 auto; width: 100%;"></div>	回
---	---

問4 今日、ベッドを離れて何をしましたか？〔各1つだけ○〕

	した	しない
1 廊下を歩いた	1	2
2 病室の椅子で過ごした	1	2
3 トイレに行った	1	2
4 洗面台で顔を洗った	1	2
5 洗面台で歯磨きをした	1	2
6 洗面台でひげを剃った	1	2
7 ベッドに腰掛けて体を拭いた(拭いてもらった)	1	2
8 頭を洗った(洗ってもらった)	1	2
9 体重計に乗った	1	2
10 レントゲンなどの検査に行った	1	2
11 リハビリ室に行った	1	2
12 ベッドを離れて呼吸の訓練をした	1	2
13 ベッドを離れて面会をした	1	2
14 ベッドを離れてテレビ・DVDを見た	1	2
15 ベッドを離れてラジオを聞いた	1	2
16 ベッドを離れて新聞・雑誌を読んだ	1	2
17 ベッドを離れてパソコン・携帯を操作した	1	2
18 ベッドを離れて趣味(読書・パズルなど)をした	1	2
19 ラウンジに行った	1	2
20 売店に買い物に行った	1	2
21 庭園に行った	1	2

●上記以外に、ベッドを離れてしたことがあれば具体的にご記入ください。

問5 今日の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 ベッドを離れる前、きずの痛みがあった	1	2	3	4
2 ベッドを離れる前、吐き気があった	1	2	3	4
3 ベッドを離れる前、めまいがあった	1	2	3	4
4 ベッドを離れる前、足腰の痛みがあった	1	2	3	4
5 点滴などの管があり、動きにくかった	1	2	3	4
6 服装・履物のせいで、動きにくかった	1	2	3	4
7 ベッドを離れるのは大変だった	1	2	3	4
8 歩くように言われたので、仕方なくそうした	1	2	3	4
9 自分からベッドを離れようという気になった	1	2	3	4

問6 ベッドを離れることに関して、誰かから励ましがありましたか？〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 医師の励ましがあった	1	2	3	4
2 看護師の励ましがあった	1	2	3	4
3 医師・看護師以外の職員の励ましがあった	1	2	3	4
4 家族や友人の励ましがあった	1	2	3	4
5 他の患者の励ましがあった	1	2	3	4

問7 今日はどれぐらい歩く、どこまで行く、どうやって過ごす、など看護師と一緒に目標を決めましたか？〔1つだけ○〕

1. 目標を決めた

2. 目標はなかった

問8へ

問7付問 それは、どんな目標でしたか？具体的にお書きください。

問8 ベッドを離れた後の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な た り
1 楽に呼吸ができた	1	2	3	4
2 背中や腰が楽になった	1	2	3	4
3 きずの痛みが楽になった	1	2	3	4
4 物事がいい方向に向かっていると感じた	1	2	3	4
5 体が良くなっていると感じた	1	2	3	4
6 うまくやれていると感じた	1	2	3	4
7 安心した気持ちになった	1	2	3	4
8 食欲がわいた	1	2	3	4
9 しっかり歩けたと感じた	1	2	3	4
10 周囲の出来事に関心が持てた	1	2	3	4
11 自分らしく1日を過ごせた	1	2	3	4
12 退院できそうだと感じた	1	2	3	4

本日のアンケートは以上です。ご協力いただきありがとうございました。

明日は、2日目のアンケートにご回答ください。

問3 今日の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 ベッドを離れる前、きずの痛みがあった	1	2	3	4
2 ベッドを離れる前、吐き気があった	1	2	3	4
3 ベッドを離れる前、めまいがあった	1	2	3	4
4 ベッドを離れる前、足腰の痛みがあった	1	2	3	4
5 点滴などの管があり、動きにくかった	1	2	3	4
6 服装・履物のせいで、動きにくかった	1	2	3	4
7 ベッドを離れるのは大変だった	1	2	3	4
8 歩くように言われたので、仕方なくそうした	1	2	3	4
9 自分からベッドを離れようという気になった	1	2	3	4

問4 ベッドを離れることに関して、誰かから励ましがありましたか？〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 医師の励ましがあった	1	2	3	4
2 看護師の励ましがあった	1	2	3	4
3 医師・看護師以外の職員の励ましがあった	1	2	3	4
4 家族や友人の励ましがあった	1	2	3	4
5 他の患者の励ましがあった	1	2	3	4

問5 今日はどれぐらい歩く、どこまで行く、どうやって過ごす、など看護師と一緒に目標を決めましたか？〔1つだけ○〕

1. 目標を決めた

2. 目標はなかった

問6へ

問5 付問 それは、どんな目標でしたか？具体的にお書きください。

問6 ベッドを離れた後の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な た り
1 楽に呼吸ができた	1	2	3	4
2 背中や腰が楽になった	1	2	3	4
3 きずの痛みが楽になった	1	2	3	4
4 物事がいい方向に向かっていると感じた	1	2	3	4
5 体が良くなっていると感じた	1	2	3	4
6 うまくやれていると感じた	1	2	3	4
7 安心した気持ちになった	1	2	3	4
8 食欲がわいた	1	2	3	4
9 しっかり歩けたと感じた	1	2	3	4
10 周囲の出来事に関心が持てた	1	2	3	4
11 自分らしく1日を過ごせた	1	2	3	4
12 退院できそうだと感じた	1	2	3	4

本日のアンケートは以上です。ご協力いただきありがとうございました。

明日は、3日目のアンケートにご回答ください。

問3 今日の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 ベッドを離れる前、きずの痛みがあった	1	2	3	4
2 ベッドを離れる前、吐き気があった	1	2	3	4
3 ベッドを離れる前、めまいがあった	1	2	3	4
4 ベッドを離れる前、足腰の痛みがあった	1	2	3	4
5 点滴などの管があり、動きにくかった	1	2	3	4
6 服装・履物のせいで、動きにくかった	1	2	3	4
7 ベッドを離れるのは大変だった	1	2	3	4
8 歩くように言われたので、仕方なくそうした	1	2	3	4
9 自分からベッドを離れようという気になった	1	2	3	4

問4 ベッドを離れることに関して、誰かから励ましがありましたか？〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 医師の励ましがあった	1	2	3	4
2 看護師の励ましがあった	1	2	3	4
3 医師・看護師以外の職員の励ましがあった	1	2	3	4
4 家族や友人の励ましがあった	1	2	3	4
5 他の患者の励ましがあった	1	2	3	4

問5 今日はどれぐらい歩く、どこまで行く、どうやって過ごす、など看護師と一緒に目標を決めましたか？〔1つだけ○〕

1. 目標を決めた

2. 目標はなかった

問6へ

問5 付問 それは、どんな目標でしたか？具体的にお書きください。

問6 ベッドを離れた後の状況についてお聞きします。〔各1つだけ○〕

	な ま か つ た く	少 あ し あ つ た	あ つ た	あ か つ な り
1 楽に呼吸ができた	1	2	3	4
2 背中や腰が楽になった	1	2	3	4
3 きずの痛みが楽になった	1	2	3	4
4 物事がいい方向に向かっていると感じた	1	2	3	4
5 体が良くなっていると感じた	1	2	3	4
6 うまくやれていると感じた	1	2	3	4
7 安心した気持ちになった	1	2	3	4
8 食欲がわいた	1	2	3	4
9 しっかり歩けたと感じた	1	2	3	4
10 周囲の出来事に関心が持てた	1	2	3	4
11 自分らしく1日を過ごせた	1	2	3	4
12 退院できそうだと感じた	1	2	3	4

本日でアンケートは終了です。ご協力いただきありがとうございました。

「生活行動促進ケア」についてのアンケート A

消化管手術を受ける患者に「生活行動促進ケア」を実践し、ご意見をお聞かせください。
記入いただいた内容をもとに、「生活行動促進ケア」の改善点などを検討いたします。

提出締切 8月28日(日)まで **提出場所** ナース室の回収ボックス

問 1 導入期間中(8月8日～28日)、日勤で「生活行動促進ケア」を実践した回数を教えてください。

1. 入院日～手術前日に行うケア () 回
2. 術後1日目に行うケア () 回
3. 術後2日目に行うケア () 回
4. 術後3日目に行うケア () 回

問 2 実践してみて疑問・困難に感じたこと、感想などを具体的に教えてください。

1. 入院日～手術前日に行うケア

実施内容 (詳細は実践ガイド該当ページ参照)	疑問・困難に感じたこと・感想など
①通常の術前オリエンテーション (p4) 病棟で使用しているパンフレットを用いて、術前オリエンテーションを実施する	
②患者用ポスターを用いた離床の説明 (p5) 患者用ポスター「手術後の離床のステップ」を用いて、離床の説明をする	
③起きて過ごすための道具の説明 (p5) 離床のために必要な道具の準備を依頼する	
④起きて過ごせる場所の説明 (p5) ベッド以外の場所を説明し、患者が過ごせる場所がベッドだけではないことを意識づける	

2. 術後1日目～3日目に行うケア

実施内容 (詳細は実践ガイド該当ページ参照)	疑問・困難に感じたこと・感想など
①患者との目標設定 (p6) 午前中、患者用ポスターを用いて、患者とともに1日の目標を設定する	
②目標達成に向けたケア (p7) 目標に挙げた行動がとれるよう、ステップに対応したケア (p8～9) を行う	
③患者との目標達成度の確認 (p7) 日勤の終わりに、その日の目標達成度を患者とともに振り返る	

アンケートは以上です。ご協力いただきありがとうございました。

「生活行動促進ケア」についてのアンケート B

「生活行動促進ケア」の実践にご協力いただき誠にありがとうございました。
最後に、ケアについて皆様のご意見・ご感想を伺い、今後の改善に役立てたいと考えています。
ケア対象患者を受け持つ機会がなかった方も、可能な範囲で回答をお願いいたします。

提出締切 12月9日(金)まで **提出場所** ナース室の回収ボックス

問1 「生活行動促進ケア」の理解・実践についてお聞きます。当てはまる数字1つに○をつけてください。
ケア対象患者を受け持った経験がない場合は「5：実践の機会がなかった」に○をつけてください。

		できな かった	少し できた	まあまあ できた	できた	実践の機会 がなかった	
理 解	1 「生活行動促進ケア」の目的を理解できた	1	2	3	4		
	2 「生活行動促進ケア」の実践内容を理解できた	1	2	3	4		
実 践	術 前	3 ポスターを用いて「離床のステップ」を説明できた	1	2	3	4	5
		4 離床に必要な道具(本、PC など)の用意を説明できた	1	2	3	4	5
		5 術後、患者が過ごせるベッド以外の場所(椅子、ラウンジ等)を説明できた	1	2	3	4	5
	術 後	6 ポスターを用いて患者と1日の目標を設定できた	1	2	3	4	5
		7 生活行動をとおして離床することを意識して関わった	1	2	3	4	5
		8 ベッド以外の場所で過ごすことを意識して関わった	1	2	3	4	5
		9 夕方、その日の目標達成度を患者と確認できた	1	2	3	4	5

問2 「生活行動促進ケア」を実践して難しかったこと、困ったことがあれば教えてください。

{ }

問3 「生活行動促進ケア」を実践してよかったことがあれば教えてください。

{ }

問4 今までのケアと比較し、患者の反応(理解、意欲、離床、回復など)に違いを感じましたか?

() 内に○をつけ、回答した理由を教えてください。

() 感じた () 感じない

{ 理由: }

問5 「生活行動促進ケア」を実践したことで、自身の看護に変化を感じましたか？

() 内に○をつけ、回答した理由を教えてください。

() 感じた () 感じなかった

〔 理由： 〕

問6 今後も「生活行動促進ケア」を実践していこうと思いますか？

() 内に○をつけ、回答した理由を教えてください。

() 思う () どちらとも言えない () 思わない

〔 理由： 〕

問7 看護師用冊子「実践ガイド」は役に立ちましたか？

内容の追加・修正が必要な点、感想などありましたら自由にご記入ください。

() 役に立った () 役に立たなかった

〔 〕

問8 患者用ポスター「手術後の離床のステップ」は役に立ちましたか？

内容の追加・修正が必要な点、感想などありましたら自由にご記入ください。

() 役に立った () 役に立たなかった

〔 〕

質問は以上です。ご協力いただきありがとうございました。

データ収集用紙 No. _____

基礎情報					
年齢：	性別：	入院日：	退院予定日：	(POD)	
現病歴（診断名）：			既往歴：		
ADL：	障害老人の日常生活自立度：		DST：		
術前（手術前日）の VS：	意識	KT	P	R	BP SpO2
術前経口補水：なし・あり（		） 最終食事：			
ASA 分類		PS			
1：（手術となる原因以外は）健康な患者		0：まったく問題なく活動できる。発症前と同じ日常生活が制限なく行える。			
2：軽度の全身疾患をもつ患者		1：肉体的に激しい活動は制限されるが、歩行可能で、軽作業や座っての作業は行うことができる。例：軽い家事、事務作業			
3：重度の全身疾患をもつ患者		2：歩行可能で、自分の身のまわりのことはすべて可能だが、作業はできない。日中の 50%以上はベッド外で過ごす。			
4：生命を脅かすような重度の全身疾患をもつ患者		3：限られた自分の身のまわりのことしかできない。日中の 50%以上をベッドか椅子で過ごす。			
5：手術なしでは生存不可能な瀕死状態の患者		4：まったく動けない。自分の身のまわりのことはまったくできない。完全にベッドか椅子で過ごす。			
6：脳死患者					
手術に関する情報					
手術日：		麻酔時間： ～：（ h min= ）			
術式：		手術時間： ～：（ h min= ）			
出血量： ml		麻酔方法：		Epid 挿入部位：	
術中輸液量： ml 輸血量：		手術中の特記事項： 根治・姑息			
術後情報					
酸素投与中止日時：			フットポンプ中止日時：		
飲水開始日：		食事開始日：		初回排便： 初回排ガス：	
ルート類：					
<input type="checkbox"/> 点滴 [末梢・中心静脈]		(抜去日			
<input type="checkbox"/> PCA [硬膜外・静脈]		(抜去日			
<input type="checkbox"/> 膀胱留置カテーテル		(抜去日			
<input type="checkbox"/> ドレーン [部位：]		(抜去日			
<input type="checkbox"/>		(抜去日			
<input type="checkbox"/>		(抜去日			
術後合併症：					
退院日：		退院基準を満たした日：			
病理結果：					

	/ (POD0)	/ (POD1)	/ (POD2)	/ (POD3)
Vital Sign				
離床による変動				
食事摂取量 (食事内容)				
排ガス/排便				
薬剤使用				
検査・処置				
清潔ケア				
★服装・履物				
★病室の配置				
★道具の種類/ 数				
★病室の椅子				
★病室の白板				
★生活行動に 関する看護				
診療記録				
離床の状況 (初回離床時間)				
付き添いの有無				