

St. Luke's International University Repository

ホルモン補充療法を行うかを決めるためのガイド

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2022-02-16 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 江藤, 亜矢子, Eto, Ayako メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.34414/00016555

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.



ホルモン補充療法を行うかを決めるためのガイド

江藤亜矢子

I. はじめに

ホルモン補充療法（hormone replacement therapy；HRT）は、更年期症状・障害の治療の他に、病気の予防、健康増進まで、その適応範囲が広い標準治療である。人生100年時代において、閉経周辺期から、HRTを行うか否かを検討することは、更年期以降の健康を考えるうえで、より重要となってきている。そこで、筆者は2017年に更年期女性がHRTの治療選択に用いるHRT意思決定ガイド（以下、HRTガイド）を開発した。今回は、そのガイドの普及と実装に向けての現状と課題について述べてみたい。

II. HRTガイドの開発について

HRTガイドの開発にあたっては、国内外の意思決定ガイドとの水準が保たれるよう配慮し、開発文献を体系的にレビュー（Coulter et al., 2013）して得られた構造化プロセスに沿って作成した。完成したガイドは、意思決定の研究者2人によって、国際評価基準表（International Patient Decision Aid Standards instrument；IPDASi）にて評価され、その質は概ね保たれている。また、ガイドの理論的基盤には、これまで開発された意思決定ガイドでも多く採用されている、学際的なオタワの意思決定サポートの概念枠組み（Ottawa decision support framework；ODSF）を用いた。HRTガイドの開発についての詳細は、すでに先行研究において報告をしているため（江藤ら，2018）そちらを参照されたい。また、実際に完成したHRTガイドは、Web上にて「意思決定ガイド」（大坂ら，2019）で検索をすると入手できるようになっている。

III. HRTガイドの特徴

HRTは、治療や予防、健康増進としての役割があるため、HRTガイドの対象者はすべての女性であると考えている。活用する時期としては、閉経前の「更年期に備える時期」から閉経周辺期の「更年期に関心が高まる時

期」治療中で「その都度、治療の確認が必要になったとき」更年期症状・障害の「治療を終えたいとき」や「ライフイベントが落ちてきた時期」などさまざまであり、長く女性の健康をサポートするために活用できるのが特徴である。

IV. HRTガイドの普及について

1. 対象はだれか

HRTガイドの普及にあたり対象となるのは「支援される側の女性」と「支援者である更年期に精通した医療関係者等」である。この対象者が、HRTガイドを活用するために、主に働きかける団体としては、更年期を専門に扱う「日本女性医学学会（前・日本更年期医学学会）」と「日本更年期と加齢のヘルスケア学会」が挙げられる。なかでも「日本更年期と加齢のヘルスケア学会」は、医療関係者だけではなく、多くの職種で構成され、当事者（女性）も含め、だれもが学びの場に参加できる貴重な学会である。また「NPO法人更年期と加齢のヘルスケア」では「メノポーズ（閉経）カウンセラー」という資格を認定しており、主に、更年期の正しい知識の提供や更年期の相談などを行っている。この2つの団体は「女性の健康」に関する意識も高く、HRTへの正しい理解もあり、日ごろから更年期女性に接する機会が多い。普及にあたっては、このような集団に働きかけることが、第一歩であると考えた。

2. どのように広めていったか

HRTガイドが完成した2017年に「日本更年期と加齢のヘルスケア学会学術集会」にて、一般演題発表とラウンドテーブルディスカッションの座長を務めた。ラウンドテーブルディスカッションでは、90分間、インタラクティブに、活発な意見交換をすることができ、有意義な時間を過ごすことができた。発表翌年には、同学会機関誌に原著論文を提出し、掲載と同じくして、依頼されていた「HRTガイドとその活用」についての勉強会や講演会、研修会などを行い、地道に普及活動を重ねてきた。積極的に参加した方々が現場に持ち帰り、実際に活用することで、少しずつ広がっているのが現状である。ガイドを使用することに害はない（Elwyn et al., 2006）とい

われているため、あまり制限を加えず、手にとること、実際に使ってみることから始めてもらっている。

また、女性誌や健康雑誌などにも取り上げていただき、女性にダイレクトに届けることもできた。さらに女性の「知る機会」が増えていくような活動をしていきたい。現在のHRTガイドの入手方法は、Web上からのPDF版ダウンロードと、一部、冊子の提供を行っている。また、今後は意思決定支援の教材としても、印刷が済み、活用していく予定となっている。

V. HRTガイドの実装に向けて

1. 意思決定支援者について

改めて医療者とメノポーズ（閉経）カウンセラーの位置づけについて図1に示した。一般女性と医療職者に重なるようにしてメノポーズカウンセラーが存在している。当事者であり、経験者でもあれば支援者でもある。将来の自分のために更年期について学ぶ人もいれば、病気を通して得た経験を、困っている女性に伝えたい人もいる。さらには、自分の周囲とも学びの機会を通してつながり、地域、職場、プライベートで女性を継続的に支える存在としての役割も果たしている。また、更年期領域は、長く医療者でも学ぶ機会が少なかったため、よくわからないと話す関係者はとても多い。そのため、医療者でありメノポーズカウンセラーは、十分に更年期の知識を備えており、更年期女性のケアを質高く行っていく集団といえる。

2. 意思決定支援者の役割

図2に、治療の決定に向けた、それぞれの役割について示した。この図は、先行文献(Stacey et al., 2013)を参考に、筆者が更年期領域に当てはめ改変したものである。左から順に説明をすると、まず「一般女性」の場合には、「ガイダンス」として、HRTガイド、あるいは、オタワ個人意思決定ガイド(有森, 2021)を用いて、自分なりに選択肢について整理をしてみる段階であり、更年期の知識量や経験によって、活用への障壁は変わってくるといえる。

次に「メノポーズカウンセラー」は、女性の受診前の課題の整理、設定を支援し、ガイドがない場合には教育資料を用いて行うことが役割として挙げられる。女性が障壁と感じていることを解消し支援していくことでもある。たとえば、受診前によく話を聞くこと、疑問に答えたり、不足している情報を提供したりすることが、それにあたる。受診時の質問事項を整理することは、カルテが並ぶ忙しい診療のなかでは、必要な支援として機能していくべきといえる。そのことにより、女性は安心して受診することができ、「知っている」ということが自信にもつながると考える。

次に「医療者」の場合であるが、外来では看護職者に

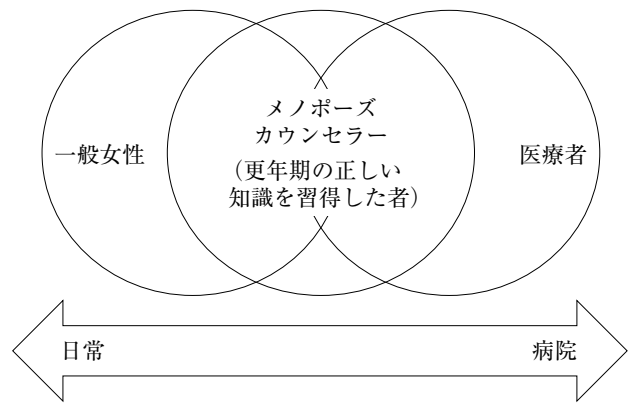


図1 医療者とメノポーズカウンセラーの位置づけ

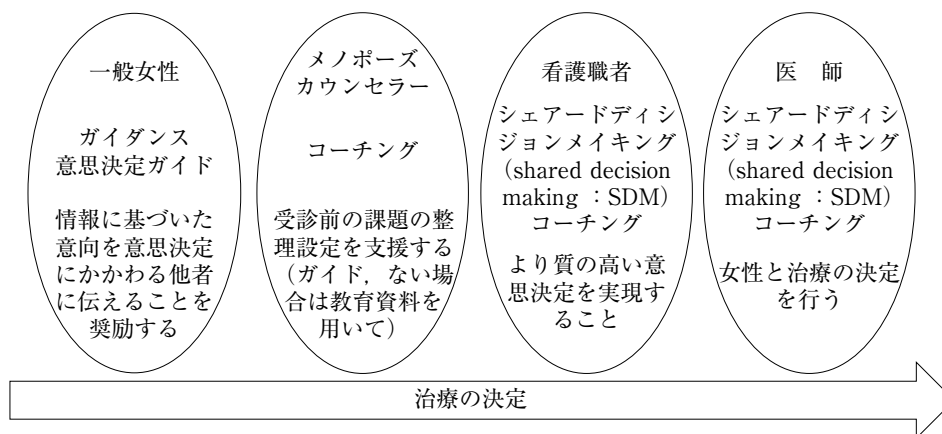
なることが多い。看護師は適切なアセスメントが可能で、状況理解も早く、ケアも適格なため、より質の高い意思決定につなげることができる。メノポーズカウンセラーでも解決できなかった問題も含め整理していくため、この段階までくると、女性の考えもかなり明確になってくるといえる。最後に、「医師」との対話(協働的意思決定: shared decision making: SDM)では、具体的な治療内容について話し合うことができるため、決定の満足度は高くなり、診察時間の短縮も期待できる。このような一連の流れが繰り返されることによって、女性の意思決定力は強化されていくといえる。

3. 意思決定支援者の育成について

意思決定支援における、それぞれの役割について概観した。関心ある多くの人が、意思決定支援は大切であると頭では理解していても、具体的に、どのように実施すればよいのかまでは明確ではない。今後は、更年期領域に落とし込んだ意思決定支援の教育プログラムの開発が必要である。そこで、まずは支援者に位置づけられる方々の反応を把握するため、2021年6月に「日本更年期と加齢のヘルスケア学会オンライン研修会」にて、「更年期を総合的・多面的にとらえるシリーズ編」18題のなかのひとつとして、「医療者とメノポーズカウンセラーと意思決定支援」を実施した。HRTガイドを用いた意思決定支援の方法について、60分の講座ではあったが、全国から、医療職者を中心とした260人程が参加した。参加者からのコメントには、気づきと意欲につながる前向きなものも多く、来年度以降は、もう少し実践的な研修を組み入れていきたいと考えている。

VI. 今後の課題

今後の課題としては、引き続き、①更年期からの健康増進への概念を理解してもらう啓発活動の継続と、②HRTガイドを活用する支援者の育成に向けての教育機



Stacey D, Kryworuchko J, Belkora J, et al.(2013) : Coaching and guidance with patient decision aids ; A review of theoretical and empirical evidence. *BMC Medical Informatics and Decision Making*, 13 : S2, DOI : 10.1186/1472-6947-13-S2-S11より筆者作成.

図2 更年期医療における意思決定支援とその役割

会を研修プログラムに組み込み、更年期医療に確立させていくこと。また、③医療者とメノポーズカウンセラーの役割を明確にし、互いを理解し連携していくことで有効な支援につなげる体制をつくっていくこと、④さらには、国内における各領域の意思決定支援の水準を保つよう、研究者、実践者との連携と情報交換の仕組みづくりも課題といえよう。

Ⅶ. おわりに

HRT ガイドの活用にあたり、普及の現状と課題についてまとめた。更年期女性の約8割が働く時代となり、社会が大きく変化していくなかで、HRT が女性の暮らしをより豊かにするための選択肢となりつつある。すべての女性が、自分らしく納得した選択をし、今も、これからも幸せで健やかな毎日がすごせるよう、多職種が連携をしながら、意思決定支援の体制を構築していくことが望まれる。

本論文の要旨は第26回聖路加学術大会シンポジウム(東京, 2021年11月)において発表した。本論文に関連して開示すべき利益相反はない。

引用文献

- 有森直子 (2021) : オタワ個人意思決定ガイド. ころとからの意思決定, https://www.clg.niigata-u.ac.jp/~arimori/kaken/?page_id=99 (2021/12/1).
- Coulter A, Stilwell D, Kryworuchko J, et al.(2013) : A Systematic development process for patient decision aids. *BMC Medical Informatics and Decision Making*, 13 : S2, DOI : 10.1186/1472-6947-13-S2-S2.
- Elwyn G, O'Connor A, Stacey D, et al.(2006) : Developing a quality criteria framework for patient decision aids : Online international Delphi consensus process, *BMJ Clinical Research*, 333 (7565) : 417.
- 江藤亜矢子, 中山和弘 (2018) : 更年期女性がHRT 選択をするための意思決定ガイドの開発と内容適切性評価について. *更年期と加齢のヘルスケア*, 17 (2) : 155-164.
- 大坂和可子, 中山和弘 (2019) : 患者さんやご家族のための意思決定ガイド. <http://www.healthliteracy.jp/decisionaid/> (2021/12/1).
- Stacey D, Kryworuchko J, Belkora J, et al.(2013) : Coaching and guidance with patient decision aids ; A review of theoretical and empirical evidence. *BMC Medical Informatics and Decision Making*, 13 : S2, DOI : 10.1186/1472-6947-13-S2-S11.