



“アピアランスケア” 実践活動報告：学術活動

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 福島県立医科大学看護学部 公開日: 2019-04-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 菅野, 久美 メールアドレス: 所属:
URL	https://fmu.repo.nii.ac.jp/records/2000612

学 術 活 動

“アピアランスケア” 実践活動報告

福島県立医科大学看護学部療養支援看護学部門 菅野 久美

はじめに

厚生労働省健康局の特別集計“がん患者の就労や就労支援に関する現状”¹⁾によると、2010年度に仕事を持ちながら通院している患者数は約32.5万人となっている。また、2013年厚生労働省委託事業のがん対策評価・分析事業の報告書²⁾によると、がんの治癒、症状緩和、血行性・リンパ性転移の予防、延命などを目的とした殺細胞性抗悪性腫瘍薬（以下、抗がん剤）と分子標的薬を用いる治療の総称として位置づけられるがん化学療法（以下、化学療法）は、がん患者の80.5%に適用され、手術療法の71.5%を超えている。この化学療法は、有害事象として嘔気や嘔吐、倦怠感、皮膚障害、知覚障害などが出現するとともに、通院による生活や仕事の調整、医療費などの経済的問題を引き起こす。中でも、侵襲的治療に伴う形態的变化や皮膚症状、脱毛などの外見的变化は、がん患者の就労支援にも関与することで、心理社会面で問題となってきている。

Nozawaら³⁾の報告によると、通院化学療法を受けているがん患者753名の身体的苦痛として、脱毛や足の浮腫、皮膚障害が挙げられていた。また、診断部位別みると消化器系がんではストーマ、乳がんでは乳房切断が身体的苦痛として上位に挙げられていた。これらは、すべて外見の変化による苦痛であり、「魅力的でなくなった、自分らしくなくなった」という他者からの評価低下の懸念が大きいと指摘している³⁾。さらに、がんによる外見の変化は、病気や死の象徴として、常に患者に病気を意識させるだけでなく、他者に対等な関係でいられなくなるという恐れを生じさせるという特徴があるとも述べている³⁾。これらについて、これまでは「自身の身体をどのように思うか」という身体心象・ボディイメージの変容として捉えられてきた。しかし、がん治療を受ける患者の入院日数の短縮や複雑な治療による症状の多様性、また、QOLや外見を重視する時代変化において生じた外見の問題は、患者の社会性を前提に積極的な取り組みが求められている。

わが国でのがん対策において、2017年10月に閣議決定された“がん対策基本推進計画”⁴⁾では、“がん予防”“が

ん医療の充実”“がんとの共生”を3つの柱とし、基盤的整備として、①がん研究、②人材育成、③がん教育・普及啓発が掲げられている。この中の“がんとの共生”では、がん患者の就労支援や社会的課題の対策などに取り組むために、“アピアランスケア”の必要性が明記された。アピアランス（Appearance）とは、“外見”を示す言葉である。そのためアピアランスケアは、患者の外見問題の解決を学際的・横断的に扱う新たな領域とし、そのための個々の支援方法を“アピアランス支援：外見に関する諸問題に対する医学的・技術的・心理社会的支援”と定義されている⁵⁾。このアピアランスケアについては、国立がん研究センター中央病院において、先駆的な取り組みがなされた。2013年7月に治療に伴う外見変化に対処し、がん患者さんが自分らしく生活できるよう支援することを目的にアピアランス支援センターが開設された。このセンターでは研究活動の他に、院内での患者用プログラムの実施、全国のがん診療連携拠点病院の医師・看護師などを対象とした教育、全国の各施設でも同様の活動が行えるネットワーク構築にも取り組んでいる（著者も2016年および2017年に基礎編および応用編を修了した、画像1参照）。また、“がん患者の外見支援に関するガイドライン構築に向けた研究（国立がん研究センターがん研究開発費）”班は、2016年にがん患者に対するアピアランスケアの医療者向け手引き書“がん患者に対するアピアランスケアの手引き”（画像2参照）⁵⁾を作成した。この手引では、科学的根拠に基づき、放射



画像1



画像2

線治療中の制汗剤などのデオドラントの使用の可否および化学療法に伴う爪の変形に対するアクリルネイルやジェルネイルなどの硬化性樹脂製の爪化粧料を使用について、推奨または推奨されないことが明記された⁵⁾。しかし、科学的根拠が確認できていない項目や今後の課題も多くあり、この指針や提言にもとづいたアピランスケアを医療従事者が提供しながら、一定の水準を担保することが期待されている⁵⁾。

以上を踏まえて、がん体験者のニーズに沿ったアピランスケア講習および患者会を企画し、実践した内容について以下に報告する。

がん体験者のためのアピランスケア実践活動

実践活動1 がん体験者のためのアピランスケアースキンケアとメイクの講習会

2016年9月、A大学附属病院にて、“がん体験者のためのアピランスケアースキンケアとメイクの講習会”を開催した。開催目的は、B地区でがん治療を行っている方々（入院患者も含む）またはそのご家族を対象とし、がん治療（薬物治療、放射線療法等）に伴い生じる脱毛

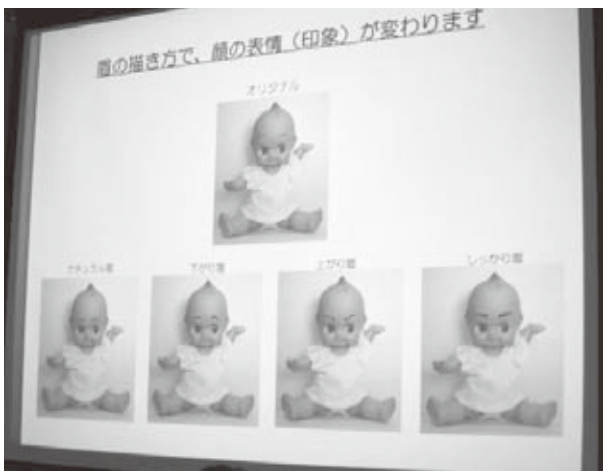
やスキン・爪の変化に対する正しいケアを体験し習得することである。A大学地域貢献事業のひとつとして、看護学科教員と看護学科学学生4名が企画し、がん相談支援センターの協力を得て共同で実施した。

参加者は24名（がん体験者19名、家族3名、関心のある方1名）であった。はじめに、マーシュ・フィールド(株)の講師より、がん治療中のスキンケア&肌色を明るく見せるカバーメイクについて講義と演習があった。その後、講師および看護学科教員の個別相談と学生によるハンドマッサージを実施した。全体的に和やかな雰囲気につとめ、参加者の苦痛や体調の変化に注意しながら実施した（画像3～5参照）。

参加者のアンケートからは、「実際に化粧品を使って体験できて良かった」「他の人にも教えてあげられそう」「とてもわかりやすい」「顔のしみを隠す方法の説明がわかりやすかった」との回答があった。このことから、体験者が具体的なスキンケアを習得し、社会との関わりを広げていくきっかけとなったことが評価された。

実践活動2 乳がん体験者のための茶話会・リボンカフェ開催

乳がんと診断され治療を受ける患者の多くは、クリニカルパスが適用され、入院日数も短縮化されている。これまで短期入院の患者は、退院に向けた生活に対して漠然とした不安を抱いていると報告されている⁶⁾。このことは、看護師からの直接的な援助を受ける機会も減少し、回復や退院後の生活調整が十分になされないことが影響していると考えられる。また、退院後の患者は、多くの困難に遭遇しながら日常生活を送っていることが推測される。このような日常生活の困難を改善するためのサポートケアは重要であり、がんサロンやピアサポートなどがその役割を担っている。現在、福島医大周辺において、がんサロンなどのピアサポートも開催されているが、疾患や特有の症状について具体的に語れる場が少な



画像3



画像4



画像5



画像6

いことが課題となっていた。そこで、A大学での実践活動を踏まえ、乳がん体験者を対象としたアピアランスケア講習を受けながら、看護師とともに普段の生活や体験を共有するための「患者会」を企画した。これにより、参加者は、アピアランスケアの方法を習得するだけでなく、医療の場から地域で暮らすことの間隙を緩和できるものと期待され、地域包括ケアシステムのスムーズな運用にも繋がるものと考えられた。

この患者会の開催趣意に対し、附属病院腫瘍センター長、乳腺外科部長、看護部副部長より、同意および具体的な協力を得るとともに、病棟看護師長、看護師3名、外科外来乳がん看護認定看護師、看護学部4年生2名が開催スタッフとして具体的な企画、運営を実施することとなった。特に看護学部学生2名については、統合実習の一環として各自の目標に沿って内容を検討し、患者会の企画から企業担当者との打ち合わせ、ポスター作成（画像6参照）や開催準備も行っている。この一連のプロセスにより、テーマに沿った実習の成果も得ることができた。

尚、アピアランスケアに関する医療者と企業での取り決め事項として、企業は、社会貢献としてアピアランスケアの普及に努めていることから、企業の宣伝、自社の商品を薦めないこと、企業の商品に医療機関で使用・推奨という宣伝を行わないことを厳格に取り決めがなされている。

（国立がんセンターアピアランス支援センター HP より）



画像7

2018年9月、福島県立医科大学附属病院 みらい棟2階がん相談支援センターラウンジで実施した（画像7参照）。患者会の内容は、2部構成で、前半ミニレクチャー60分、後半茶話会60分とした。ミニレクチャーの講師は、ピンクリボンアドバイザーの 箭内明美氏（株式会社アデランス 医療事業推進部）に依頼し、内容として、①脱毛時の眉やまつげの手入れ、②保湿の仕方のコツ ③爪の手入れについて演習とともに実施された。

参加者は、乳がん体験者2名の他、みらい棟4階東病棟看護師4名、乳がん看護認定看護師1名、乳腺外科医師1名、看護学部4年生2名、看護学部教員1名であった。終始和やかな雰囲気での講習や演習が進められ、がん体験者は意欲的に取り組まれていた。がん体験者の気になる点は個々それぞれあるため、看護師や講師がその内容を直接伺い、セルフケアとしての方法を提案しながら、継続できるコツを共有できた。ケアの方法を看護師とともに楽しみながら実践できたこともあり、今回の患者会について「参加してよかった」と「次回開催を希望」という感想があった。

当院の外来化学療法センターで治療を受けている患者は、のべ500名／月以上である。外見に関する相談やケアのニーズは、乳がん患者以外にも考えられるため、アピアランスケアを目的とした講習会や患者会の継続的開催は必要と考えられる。また、今回開催した小規模形式での患者会について、客観的評価は難しいが、飯野らの調査報告⁷⁾にもある外見変化に対する看護ケアを構成する4つの要素〔外見変化のリスクを見越して備えるための情報提供〕〔外見変化に対応した生活を送るためのセルフケア支援〕〔患者の意思に寄り添いその人らしい生活を支える外見ケア〕〔多職種連携による専門性を活かした外見ケア〕を満たすものと考えられ、直接ニーズにそった支援活動となったと評価できる。さらに、がん治療を受ける方々にとって、外見の問題が顕在化していない診断期や手術治療もない急性期、回復期、サバイバーとして療養生活を送るまでの一連の経過を包括

し、外見変化に対する思いの揺れに対応できる支援となり、医療の場から地域で暮らすことの間隙の緩和となることも期待できる^{8) 9)}。今後も臨床看護師や他専門職ともに、アピアランスケアに関する取り組みを継続していきたい。

引用・参考文献

- 1) 厚生労働省健康局の特別集計 “がん患者の就労や就労支援に関する現状” <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10901000-Kenkoukyoku-Soumuka/0000043580.pdf> 2018年11月閲覧
- 2) 厚生労働省委託事業、平成22年度がん対策評価・分析事業 http://ganseisaku.net/impact/reports/gan_hyoka/index.html/gantaisaku.pdf 2018年10月閲覧
- 3) Nozawa, K., Shimizu, C., Kakimoto, M., et. al: Quantitative assessment of appearance changes and related distress in cancer patients, *Psycho-Oncology*, 22, 2140-2147, 2013
- 4) 厚生労働省：がん対策推進基本計画（第3期）
<https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000181704.html> 2018年10月閲覧
- 5) 国立がん研究センターがん研究開発費 “がん患者の外見支援に関するガイドライン構築に向けた研究” 班：がん患者に対するアピアランスケアの手引き 2016年版，金原出版株式会社，2016.
- 6) 清水恵美子，佐野佳子，滝沢優美：クリニカルパスを適応した乳がん患者の抱く入院中の不安，*長崎赤十字病院医誌*，27，55-60，2013.
- 7) 飯野京子，嶋津多恵子，佐川美枝子他：がん治療を受ける患者への外見変化に対するケア がん専門病院の看護師へのフォーカス・グループインタビューから，*Palliative Care Research*，12(3)，709-715，2017.
- 8) 足利幸乃，城向富由子：がん化学療法におけるナーシング・プロブレム，がん化学療法による男性がん患者のアピアランス変化と看護介入を考える～文献レビューと脱毛事例の検討から～，*がん看護*，23(1)，77-82，2018.
- 9) 国立がんセンター中央病院 アピアランス支援センター：がん患者の外見ケアに関する教育研修，応用編研修会資料，2017.