

一般財団法人 名古屋市療養サービス事業団  
令和4年度 公益事業助成報告書

在宅療養のからだ・呼吸の辛さを安楽にする用手的ケア標準化に関する研究

研究代表者：えふてーぶる・かんど塾 水野敏子

共同研究者：家城絹代(きぬ助産院)

久田博美(おかだ医院)

金森まゆみ(オリエンタル労働衛生協会)

富士恵美子(ななみの家)

村瀬善彰(金沢大学大学院 医薬保健学総合研究科)

## 1. 背景

来る 2025 年、我が国は団塊の世代 800 万人全員が 75 歳を迎える「超高齢化社会」が迫ってきている。その現状で医療、介護を受けるに当たり、どこに居ても安心、安全を保障されて過ごしたい、また療養に至った場合、側に誰かいて欲しいというニーズを体験してきた中から注目した。

そこで医療、介護の現場で入院、在宅、入所を問わず病状で最も辛い「息苦しい」「痰が出せない」という訴えを、この介助法で改善した報告から研究するに至った。

研究にあたっては、呼吸介助法を実際に体験、または共感した医療従事者の構成となった。

## 2. 意義

「呼吸介助法」「排痰補助法」を実践することで、呼吸改善がみられると患者の心理面のサポートにも期待できる。“息苦しさ”からの解放は、医療従事者はもとより一般の人達でも可能であることを実証するため、研究を進めた。ただ、医療行為として警戒する旨も配慮したが、実践者の 30 数年の臨床体験から、安心と安全な方法として広めていくことが期待できると判断した。

## 3. 目的

本研究の目的は、現状として呼吸療法認定士がどこの医療現場にもいる訳ではなく、さらに在宅療養中に咄嗟に駆けつけられる人も限られていることに視点を置いた。

臨床、介護の場面で遭遇する呼吸困難の患者の苦痛に対し、今、目の前にいる誰かが手を添えることで患者の苦痛が緩和されるという事を、体験したことのない医療従事者、一般の人たちが行うことが出来る「冊子」「動画」を教材として作成し、実践する。

そして、我々が行う手技に期待される効果としては換気改善や排痰を促進することで得られる呼吸困難の緩和である。

## 4. 対象

当初計画では、実際に居宅支援の場での撮影を予定していたが、介護の場における COVID-19 対策のために、研究協力者のリクルート困難に直面した。

安全対策を優先し、虚弱療養者への直接関与を断念し、看護、介護現場における呼吸ケア成功体験に基づくデータから場面を再現し、模擬患者による撮影を行う研究に軌道修正した。

## 5. 内容

- ・動画撮影 7分 （呼吸介助法、排痰補助法の実際）
- ・冊子 「やさしい 呼吸のおはなし」

6. 結果

研究結果 お家でもできる呼吸介助法と  
排痰補助法

冊子



DVD



呼吸を楽にし、痰を出しやすくする7分介助



## 7. 今後の展望

### ・7分介助の意義

多忙を極める臨床、介護では、「とてもそんな時間は取れない」という現状があり、意識を変えて効果的な介助法ならばわずか数分で期待できるということを伝授したい。

それは、患者に近づき了解を得て開始し、苦痛表情が和らいで、労いの言葉かけまでに7分以内でも効果がある。

・「患者に触れる」行為に、不安があったり、怖かったら胸部や背部をさすだけでも患者の苦痛に共感的理解を示すことになり、患者にしか分からない孤独な呼吸苦の軽減に役立つことを実習を含めて理解する機会としたい。

## 8. まとめ

- 1. かんご塾プロジェクトは、呼吸困難や痰が出しにくい療養者と家族介護者を支援する目的で模擬患者を設定して呼吸介助法と排痰補助法の開発を行った。**
- 2. 実際に手技を体験した療養者は、用手的ケア前と7分程度のセッション後はSP02の上昇、全身リラックス効果の表現があった。「気分が楽になる」「空気が胸に入って来る」また、去痰・排痰促進効果が認められた。**
- 3. 希望者には冊子とDVDを配布し、本メソッドを伝達し、よりよい緩和ケア実践に活用していきたい。**

謝辞：本研究にご支援下さいました名古屋市療養サービス事業団と呼吸介助法についてご意見賜りました療養者様に厚く御礼申し上げます。

## 9. 参考文献

- 1) 高橋 仁美：呼吸理学療法の実際. MB Medical Rehabilitation(189)：104-110, 2015.
- 2) 植木 純, ほか：呼吸リハビリテーションに関するステートメント. 呼吸ケア・リハビリテーション学会誌. 27(2)：95-114, 2018.
- 3) 加藤太郎：神経難病患者に対する呼吸介助手技の効果と限界. 難病と在宅ケア. 29(3)：15-17, 2023.