

看護学生の排泄に関する意識と排便習慣に関する研究

宮島多映子, 佐藤みつ子

看護学生の排泄に対する意識と排便習慣及び便秘傾向とその対策を明らかにし、健康的な生活を送るための指導に役立てることを目的とした。健康な看護大学女子学生 93 名を対象に、日本語版 CAS (LT 版) に質問項目を追加し調査を行った。その結果、看護学生の CAS 得点は高齢者より高く、便秘傾向が強かった。また、排便頻度が低い者と便秘を自覚している者、便秘解消の方法を「知りたい」、「試したい」と回答した者の CAS 平均値は高かった ($p < .001$, $p < .001$, $p < .01$, $p < .001$)。排泄の意義の内容分析では「身体的意義」69.8%、「精神的意義」11.1%、「社会的意義」6.2%であった。便秘対策は「食事」75.4%、「腹部マッサージ」9.5%であった。このことから、①学生は排泄の重要性を認識して対処しているが、高齢者よりも便秘傾向が強い。②学生は自己の排便状態によって、排泄の援助に対する興味の強さが異なる。③排泄に対する興味や、便秘の対処行動の獲得が、患者の排泄援助にも活用できることに気づかせることが必要である。

キーワード： 排泄, 看護学生, 排便習慣, CAS

I はじめに

排泄は人間の生命維持に不可欠の行動である。健康な日常生活を送るためには、規則正しい排便習慣が必要である。このため、人間にとって便秘は、心身に多大な影響をもたらすことが知られている¹⁾。看護における排便の援助には、現在、温罨法(腰背部)・マッサージ法(腹部・背部)・超音波法・飲水投与・薬物投与(グリセリン浣腸など)・摘便などの方法が単独、もしくは併用されて行われている²⁻⁷⁾。

一方、看護学生には、看護教育の中で、排泄のセルフコントロールのレベルにとどまらず、患者に援助する者としての意識が必要である。しかし、看護学生の実際の排便状態が高齢者よりも便秘がちであり、その対策方法が十分でないという報告がある⁸⁾。このため、本研究では看護学生の排泄に対する意識と排便習慣(排便のみとする)及び、学生の便秘傾向とその対策を明らかにし、健康的な生活を送るための指導に役立てることを目的とする。この研究は、学生の排便状態の改善だけでなく、患者への援助にも応用することが可能である。

II 研究方法

1 調査対象

2002年2月から、2002年3月の期間に研究者が直接研究の主旨を説明し、同意・了解の得られた健康な看護大学女子学生1年生および2年生93名(平均年齢19.9±1.7歳)である。

2 調査内容

基本的属性、排便習慣については、日本人の便秘尺度として有効とされている日本語版 CAS (Constipation Assessment Scale) の LT (Long Term) 版を用い⁹⁾、3段階評定で16点満点とした。この他に排便回数、便

秘の自覚については選択方式、排泄に対する意識・便秘時の対処法を自由記述方式で追加し、独自に質問項目を作成した。

3 分析方法

CAS は 0 点から 2 点で配点し、CAS 得点と排便習慣のカテゴリー化したものを SPSS (Ver.11.0 J) を用いて一元配置分散分析で検定を行なった。排泄に関する意識は、内藤らの排泄の意義を参考に¹⁰⁾、複数教官で内容分析を行った。

III 結果

1 排泄に関する意識

看護学生の排泄に関する意識の記述を内容分析した結果を表1に示した。排泄に対する意識については、今回、排便の意義のみを述べると、61名の学生が排泄の重要性について記述しており、記述総件数は162件であった。排泄の意義は「身体的意義」113件(69.8%)、「心理的意義」18件(11.1%)、「社会的意義」10件(6.2%)であった。この結果から、排泄に関する意識では、排泄の生理的意義の重要性を認識していたが、心理的意義・社会的意義についての記述が少なかった。

2 看護学生の排便習慣と CAS の関連

看護学生の CAS 得点は、 4.44 ± 2.35 であった。これは報告されている高齢者の CAS 平均得点よりも対象者の得点が高い傾向を示し¹¹⁾、看護学生は便秘傾向が強かった。また、CAS を構成する尺度の Cronbach の α 係数は、0.6912 であった。

CAS と排便の頻度を図1に示した。排便の頻度が少ないものは、CAS 得点の平均値が高く、CAS 平均得点が高いものほど、便秘傾向にあった ($F=17.131$, $p < .001$)。この結果は、先行研究の、CAS が高いほど便秘傾向にあるという、深井らの結果と同様であった⁹⁾。

CAS と便秘の自覚を図2に示した。「いつも便秘を自

表 1 排泄に関する意識

	内 訳	記述件数	割合 (%)
身体的意義 113 件 69.8%	大切なもの・重要なもの	61	37.7
	生命維持	15	9.3
	健康の保持	7	4.3
	健康を判定するバロメーター	30	18.5
心理的意義 18 件 11.1%	生活全体の営みの基盤	4	2.5
	爽快感・安定感	14	8.6
社会的意義 10 件 6.2%	しつけ	0	0.0
	自立・自我ニード	10	6.2
その他 21 件 13.0%		21	13.0

内藤らの分類を参考¹⁰⁾

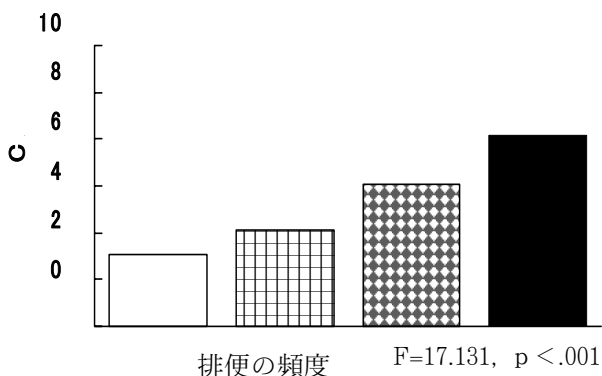


図 1 CAS と排便の頻度

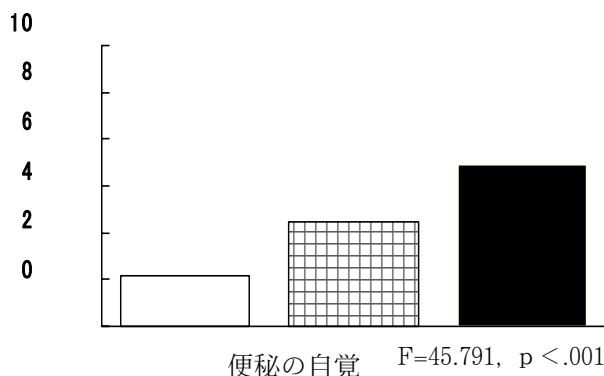


図 2 CAS と便秘の自覚

覚している」ものは、CAS 得点の平均値が高く、また、CAS 平均得点が高いものほど、便秘傾向にあった (F=45.791, p < .001)。この結果は、先行研究の CAS が高いほど便秘傾向にあるという、深井らの結果と同様であった⁹⁾。

以上の結果から、看護学生の場合、便秘を自覚している者と、排便回数が少ない者の CAS 得点は高かった。このことは、CAS は便秘をしている者の実態を反映しているといえる。

3 便秘時の対処法

便秘時の対処法の記述を内容分析した結果を表 2 に示した。記述総件数は 179 件あり、「食事」135 件 (75.4%)、「腹部マッサージ」17 件 (9.5%)、「運動」13 件 (7.3%) であった。看護学生は、食事・腹部マッサージ・運動等の便秘対策を実施していた。しかし前述のように、看護学生は便秘傾向が高く、便秘対策は十分に行なわれていないことが明らかになった。

4 排便援助に対する興味と CAS の関連

排便援助方法に対する興味について、①便秘解消の知識②便秘解消の試みに分けて図 3・図 4 にそれぞれ示した。排便援助方法に対する興味は、排便の援助方法を「知りたい」と回答したものが 73.1%、「必要ない」と回答したものが 24.7%であった。「実際に、排便援助を試してみたいか」の質問については、「試したい」と回答したものが 66.7%、「必要ない」と回答したものが 29.0%であった。このことは、看護学生の 1 年、2 年次生の場合、実際に援助方法を習得する必要がない、もしくは試したくない学生が 3 割程度を占めていることがわかった。

5 便秘解消方法に対する興味と CAS の関連

CAS 得点と便秘解消の知識に対する興味を図 5 に示した。便秘解消の方法を「知りたい」と回答したものは CAS 得点の平均値が最も高く、次いで「知りたくない」であり、「必要ない」の平均値が一番低い値を示した (F=6.046, p < .01)。

CAS 得点と便秘解消法の実施に対する興味を図 6 に

表2 便秘時の対処法

		n=74		
	総数 179件	内訳 (上位3位まで)	記述件数	割合 (%)
食事	135件 75.4%	水分を多く飲む	27	15.1
		牛乳を飲む	20	11.2
		食物繊維	14	7.8
		野菜	12	6.7
		ヨーグルト	12	6.7
		その他	50	27.9
腹部マッサージ	17件 9.5%		17	9.5
運動	13件 7.3%	歩く	3	1.7
		腹筋	2	1.1
		飛び跳ねる	1	0.6
		その他	7	3.9
その他	14件 7.8%		14	7.8

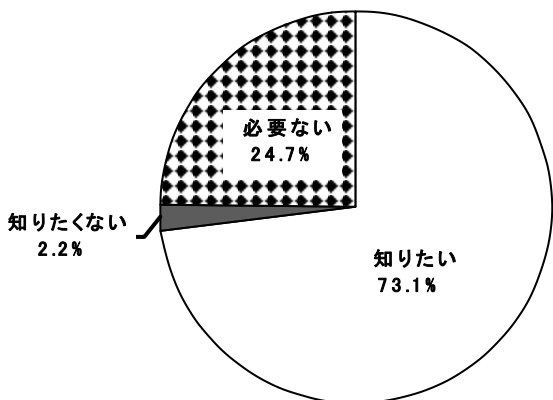


図3 便秘解消の知識

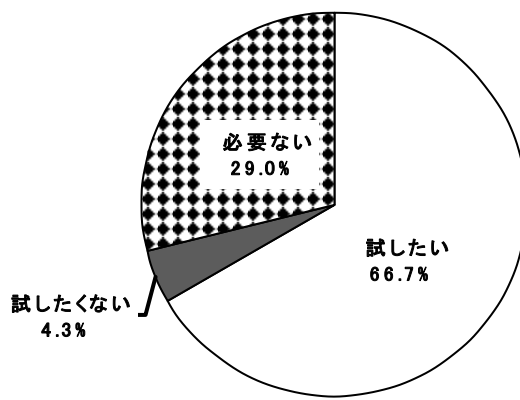


図4 便秘解消の試み

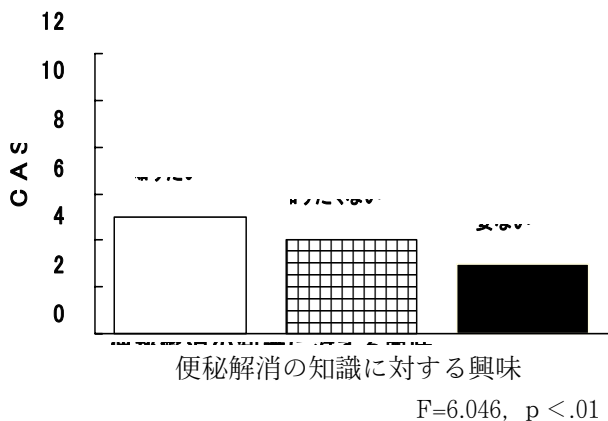


図5 CASと便秘解消の知識に対する興味

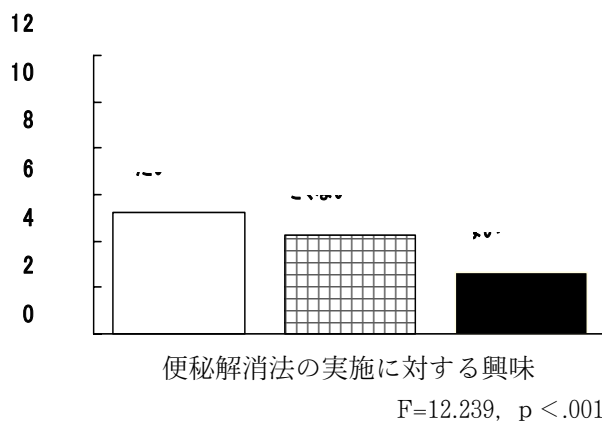


図6 CASと便秘解消法の実施に対する興味

示した。便秘解消の方法を試したいと回答したものはCAS得点の平均値が最も高く、次いで「試したくない」であり、「必要ない」のCAS平均値が一番低い値を示した ($F=12.239, p<.001$)。

IV 考察

1 排泄に関する意識について

看護学生の排泄に関する意識の記述を内容分析した結果、排便の意義に焦点を当てると、61名が「排泄の重要性」について記述しており、排泄の「身体的意義」の重要性を認識していたが、「心理的・社会的意義」についての認識の記述が少なかった。これは、看護学生の場合、排泄の援助について、実際に患者に行なったことがない者が多いこと、身近に排泄のしつけやトイレトレーニングなど、排泄自立に向けての対象者がいないため、人間としての成長・発達を促す要因、つまり、社会的な自立につながることで、考えつかないためと思われる。ましてや、排泄行動が自立することで、自我のニーズが充足される心理的意義には、考えが及ばないからと思われる。

このような理由から、排泄の看護を教える際には特に生理的意義はもちろんのこと、心理的意義・社会的意義について、強調する必要があると示唆された。

2 看護学生の排便習慣とCASとの関連

本研究ではCASの計測は成人用のLT版を使用した。この測定方法は、調査日までの一ヶ月間の振り返り調査であり、月経周期のある女性に適用するとされる測定尺度である。CASは高得点ほど、便秘傾向であることを示す⁹⁾。今回の研究結果では、看護学生は、深井らの調査のLT版を用いた健康高齢者女性(平均年齢76.1±7.1歳, CAS 1.92±2.3)・障害高齢者女性(平均年齢84.9±7.9歳, CAS 3.55±3.2)より便秘傾向が強く¹⁰⁾、看護学生は、高齢者より便秘傾向が強いことが示された。

今回の研究結果と先行研究の高齢者の結果にみられるCASの差は¹¹⁾、高齢者の記憶が定かでない場合も考えられるが、深井らの調査による当日、または過去数日間の振り返り調査であるST版(short term)を使用した結果を比較しても、看護学生の方がCAS得点の平均値が高く、高齢者の記憶間違いや、質問紙の違いを考慮しても、看護学生の便秘傾向は強いと考えられる¹¹⁾。また、今回の研究結果のCASのCronbachの α 係数は0.6912であり、原版便秘評価尺度(CAS)の0.70と近似値を示しており¹²⁾、今回の調査法は妥当であったと考えられる。また、今回の研究結果では、排便の頻度と便秘の自覚について検討したが、CASの平均値が高得点であるほど、便秘傾向があることを示していた。

3 便秘時の対処行動について

便秘時の対処法の記述を内容分析した結果、「食事」103件、70.1%「腹部マッサージ」、「運動」の順であった。看護学生は、食事・腹部マッサージ・運動等の便秘対策を実施していた。しかし前述のように、看護学生は便秘傾向が強く、便秘の対処行動は十分ではなかった。個々の学生が、自分の便秘傾向を何によるものなのかア

セスメントし、それに対処する行動を的確にしているかは本調査ではわからないが、便秘のセルフコントロールが出来ない学生が多かった。排泄のセルフコントロールを獲得していなければ、看護師として、患者への排泄援助が不十分になると考えられる。

4 CASと排便援助に対する興味

学生の排便援助に対する興味について、①便秘解消の知識②便秘解消方法を実際に施行してみたいかに分けて検討した。排便援助方法に対する興味は、便秘解消の方法を「知りたい」と回答したものは73.1%であったが、「必要ない」と回答したものが24.7%であった。また、「実際に、便秘解消方法を試してみたいか」については、「試したい」が66.7%であったが、「必要ない」と回答した学生が29.0%であった。この結果から、看護学生には実際に便秘解消の方法を習得する必要がない、もしくは試してみたくない学生が約3割いた。約3割の学生は自分が便秘であってもセルフコントロールができない上に、実際の便秘解消の方法にも関心が薄いため、排泄の意義や排泄の援助が看護の中でも重要な援助に位置づけられていることを理解させる必要がある。

5 排便援助方法に対する興味とCASとの関連

便秘解消の知識に対する興味とCAS得点との関連を検討した。その結果、便秘解消の方法を「知りたい」と回答したものはCAS得点の平均値が最も高く、次いで「知りたくない」であり、「必要ない」の平均値が一番低い値を示した。

便秘解消の方法の実施に対する興味とCAS得点を検討した。その結果、便秘解消の方法を試したいと回答したものはCAS得点の平均値が最も高く、次いで「試したくない」であり、「必要ない」のCAS平均値が一番低い値を示した。

これらのことから、学生は、自己の便秘の程度によって、便秘解消方法に関する知識や実施への興味の程度が異なっていることが明らかになった。

また、排泄の意義が重要であると自覚していたにもかかわらず、CASの得点が高値を示し、便秘の自覚もない学生は便秘解消の方法や試みに興味を示していなかった。このことは、看護大学1年次生及び2年次生の中には、まだ、看護師としての患者の援助に当たることの自覚が芽生えていないと考えられる。

また、実際に便秘がちな学生には、便秘を自覚し、自分なりの解消の対策を行っているにもかかわらず、便秘解消の方法や試みに興味を示した学生もいた。この学生たちは、食生活の改善・腹部マッサージ・運動等の便秘対策ではまだ十分でないとして学生自身が自覚していると考えられる。

以上の結果から、人間にとっての生命の維持、健康の指標などの生理的意義だけではなく、快適な排泄はその人の心理的な安定感をもたらすこと、さらに排泄行動の自立は、社会的な自立の重要な条件となる等、心理的意義や社会的意義を再認識できるよう指導する必要があることが示唆された。さらに学生自身の健康維持や、患者への排泄指導のための具体的な便秘解消の方法を習得す

るための動機づけになるとも思われる。

V 結論

- 1 学生は排泄の重要性を認識し、対処しているが、高齢者よりも便秘傾向が強かった。
2. 学生は自己の排泄状態によって、排泄の援助に対する興味の強さが異なった。
3. 排泄に対する興味や、便秘の対処行動の獲得が、患者の排泄援助にも活用できることに気づかせるようにすることが必要である。

VI 謝辞

稿を終えるに臨み、本研究を遂行するにあたって、多くの方々にご協力とお力添えをいただいたことを、深謝する。調査に快く研究協力いただいた、対象者の皆様に感謝する。

引用文献

- 1) 日野原重明編 (1992) 便秘. 看護医学辞典, 第5版, 医学書院, 東京.
- 2) 佐々木真紀子, 大島弓子 (2001) 下痢・便秘の患者のための看護技術. 看護技術, 46: 48-61.
- 3) 深井喜代子 (1998) 便秘のケア. 看護実践の根拠を問う (小松浩子編). 南江堂, 東京, 99-108.
- 4) 菱沼典子 (1998) 排便・排ガスを促進する腰背部温

- 罨法. 看護実践の根拠を問う (小松浩子編). 南江堂, 東京, 9-23,
- 5) 石井智香子, 東玲子 (1994) 排便援助に関する看護の現状と課題. 臨床看護研究の進歩, 6: 22-31.
 - 6) 田中直美・土田悦子 (1999) 排便コントロールに対するツボ指圧の検討. 第30回日本看護学会収録 (成人看護Ⅱ), 104-106.
 - 7) 石井智香子, 東玲子他 (1995) 臥床患者の排便援助に関する研究—気象直後の冷水引用が腸蠕動と排便に及ぼす影響からの検討, 第26回日本看護学会収録 (成人看護Ⅱ), 104-106.
 - 8) 宮島多映子, 佐藤みつ子 (2002) 看護学生の排泄に関する意識と排泄習慣. 日本看護研究学会誌, 25: 170.
 - 9) 深井喜代子 (1995) 日本語版便秘尺度の検討. 看護研究, 28: 201-208.
 - 10) 内藤寿喜子編 (2000) 生理的ニードの充足と援助技術 (Ⅱ), 基礎看護学2. メジカルフレンド社, 東京, 199-239.
 - 11) 深井喜代子 (1995) 日本語版便秘評価を用いた高齢者の便秘評価. 看護研究, 28: 209-216.
 - 12) McMillan S, Williams F. (1989) Validity and reliability of the Constipation Assessment Scale, *Cancer Nurs*, 12: 83-88.

Abstract

Awareness of Student Nurses' Excretion and Study of Their Defecation Habits

MIYAJIMA Taeko and SATO Mitsuko

This study focus on student nurses' understanding of excretion, their excretory habits, irregularities and efforts to relieve constipation, and aims to help them lead healthier lives. The survey targeted 93 healthy students in a nursing university using the Japanese Constipation Assessment Scale (CAS) (Long Term version) including questions. The results showed that the students' CAS points were higher than those of elderly persons. And they showed a stronger tendency toward constipation. The students whose defecation frequency was lower, those who recognized constipation on their own, and others who answered that they "want to know" or "want to try" a method to relieve constipation, have higher average CAS points ($p < .001$, $p < .001$, $p < .01$ and $p < .001$). Analyzing their awareness of excretion, 69.8% responded "physically", "11.1%" mentally", and 6.2% with "social independence." As for measures to relieve constipation, 70.1% ate meals for bowel movements and 11.6% tried abdominal massage. The survey results indicate that the students suffer from constipation more frequently than elderly people, though they recognize the importance of excretion and take measures to ensure regular defecation. Their interests differ according to their own excretory habits. It may be concluded that the students should realize that their interest in excretion and dealing successfully with their own constipation will help them treat patients effectively with the problems. Key words: Excretion, Student Nurses, Excretory Habits, CAS