［様式D－1］

2016年　　2月　16日

公益財団法人 笹川記念保健協力財団
理事長　　喜 多　悦 子 殿

2015年度日本財団ホスピスナース支部活動支援

活　動　報　告　書

活 動 課 題

リンパ浮腫研修会

リンパ浮腫の患者さんを目の前にして、私たち訪問看護師にできること

所属機関・職　　認定NPO法人ホームホスピス宮崎　看護と介護の研究・研修部
　　研究員
代表者氏名　　長内　さゆり

Ⅰ.活動の目的

在宅緩和ケアを希望され、在宅で療養をされているがん患者は近年増加傾向にある。その中で、上下肢のリンパ浮腫をきたしている患者の多くは、しびれ感・重苦感・圧迫感などの不快な症状に苦しんでいる。単なるマッサージでは、リンパ浮腫は改善せず、患者にとって心地よいマッサージにはなっていない。また、訪問看護師自身もマッサージを施しているが、自らの技術に自信が持てず、不安を抱き、習得する必要性を感じている。訪問看護師がリンパ浮腫の知識・技術を習得し、在宅の現場で実践できるとリンパ浮腫による苦痛の緩和につながると思われる。

しかし、当地域では、訪問看護師を対象としたリンパ浮腫の研修会は極めて少ない。
そこで、訪問看護師を対象としたリンパ浮腫研修会を「緩和ケア関連 CNS・CN の会」主催で開催し、リンパ浮腫の知識及びリンパマッサージの技術の習得を目的とした。

Ⅱ.活動の内容・実施経過

宮崎県では、「緩和ケア関連専門看護師・認定看護師の会」（以下、「会」と示す）を平成26 年に発足し、宮崎県内の緩和ケアの普及・啓蒙及び質向上を目指している。この度、在宅緩和ケアの現場で遭遇する「リンパ浮腫」に焦点をあて、研修会を企画、訪問看護師を対象とした。

「会のメンバー」の 10 名が実行委員となり、委員会を 8 月 29 日、10 月 2 日、11 月 21 日、12 月 26 日の 4 回開催、内容・講師・研修会の時期や方法等の検討を重ねた。

今回の研修会では、宮崎県で活躍する緩和ケア関連の専門看護師および認定看護師等と在宅で活躍する訪問看護師との顔の見える関係づくりも視野に入れ、県外講師は依頼せず、「会」のメンバーから講師を選択することとした。又、研修会を行う前に、訪問看護師からのニーズ調査も行い、一方向の受動的な研修会ではなく、双方向の連携・協働を目指した能動的な研修会との意見もあり、開催前にニーズ把握のためにアンケート調査を行った。また受講者の定員を演習も行うため、30 名前後が適当ではないかとの意見で 30 名とした。演習時には、実行委員のメンバーが演習支援者となること、担当者を決めることと座席も他事業所と顔の見える関係づくりができるようにと実行委員であらかじめ決めた。

宮崎県内の訪問看護ステーションに研修会の案内を出したところ、50 名を超える希望者があったが、各訪問看護ステーションの上限を 3 名までとし、30 名で調整した。

また、当初、県内 3 地域で同じ研修会を開催予定であったが、検討を重ねた結果、「会」としての研修会開催は初めての試みであり、1 回の研修会とし 2016 年 1 月 9 日に開催した。

事前のアンケート調査の質問内容として、「リンパ浮腫の患者を目の前にして困っていること」、「学びたいこと」「知りたいこと」等の調査を行い、「正しいマッサージの方法」「禁忌事項・注意点」「家でもできる方法」等の回答が多かった。

会場は、都城市の三州病院の研修室、参加者 28 名（2 名、事前キャンセル）であった。

研修内容は、「リンパ浮腫とは」を中心とした「講義編」と実技の実践を含めた「演習編」の 2 本立て行い、アンケートからの意見を含めた。

午前は、緩和ケア医師（リンパ浮腫療法士）に依頼し、「リンパ浮腫の診断・治療について」と「終末期ガン患者さんのリンパ浮腫ケアについて」の講義を行い、午後は、緩和ケア認定看護師（リンパ浮腫療法士）に依頼し、「リンパ浮腫ケアの種類と実際」で講義と演習の混合で行い、受講生に 2 人組となり、お互いにリンパマッサージ、バンテージを巻く等の実技を行った。

Ⅲ．活動の成果

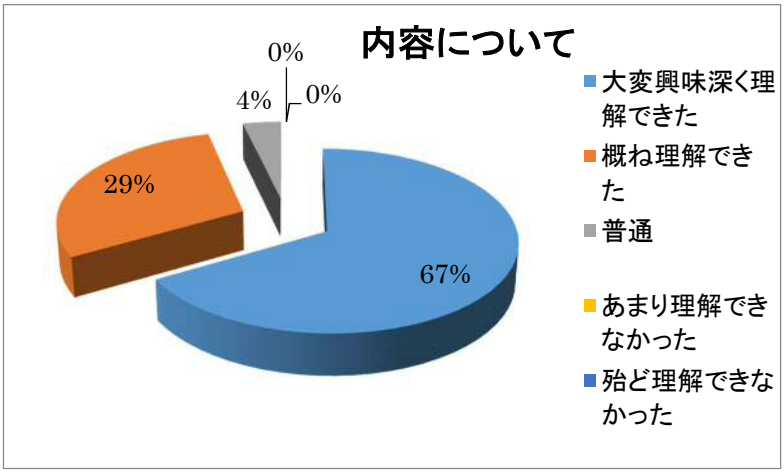
午前 10 時から午後 3 時半までのほぼ 1 日をかけた講義編と演習編の 2 本立てで行い、終了後のアンケート調査からも受講生の満足度が高く、「大変興味深く理解できた」「概ね理解できた」を合わせ 96%であった。

参加者 28 名の内訳は、年齢は 20 代 1 名、30 代 9 名、40 代 10 名、50 代 6 名、訪問看護師経験年数では、1 年未満が 1 名、1 年～5 年が 15 名、5～10 年が 3 名、16～20 年が 1 名、21 年以上が 2 名、回答なしが 2 名であり、30 代・40 代の中堅クラスの看護師や訪問看護を初めて 1 ～5 年の訪問看護のやりがいを感じる時期の看護師の参加が多かった。

自由記載では、

- 禁忌があることを知った
- 根拠を理解できた
- 技術的な面（圧、皮膚の動かし方、マッサージの順番を覚えること、バンテージの巻き方）等が難しかった
- 勉強する機会をもてた
- 有意義な研修会であった
- このような研修会を継続して欲しい

以上のような意見が多かった。



今回、訪問看護師に焦点を当てた、リンパ浮腫研修会を開催し、満足度も高かったことから、訪問看護師のスキルアップや自信に繋がり、病院に行かなくても自宅でリンパ浮腫ケアを受けられるという安心感を患者に持ってもらうことにつながる。また、県内の緩和関連のCNS・CNと訪問看護師の顔の見える関係作りの一歩を踏みだすことができ、今後の連携・協働に期待できる。

Ⅳ．今後の課題

制度上において、専門性の高い看護師との同行訪問（がん関連のCNS・CNとの同行訪問等）で、病院側に点数が発生することができるようになっているが、当地域では殆ど行われていない。その理由の一つに、病院側の理解不足等から、がん関連のCNSやCNを病院外に派遣しない、派遣するのを拒む傾向や制度を良く理解していないことがあると思われる。

今回はリンパ浮腫に焦点をあて、訪問看護師の知識・技術の習得を目的としたが、在宅がん終末期ケアにおいてペインコントロール、メンタルケア、家族ケア等様々なケアが発生しており、がん関連のCNS・CNとの同行訪問が日常的に可能な状況になると在宅緩和ケアの質向上につながると考える。

地域・在宅で活躍する訪問看護師と病院看護師との顔の見える関係づくり、障壁のない円滑な「看看連携」を構築していくことが望まれる。

今後も様々なニーズに基づいた研修会を企画・運営し、宮崎県全体の緩和ケアが病院・在宅問わず、質の高いケアが提供されるようにボトムアップにつなげたい。

今回開催したリンパ浮腫研修会も1回限りで終了せず、継続して開催して欲しいという意見もあり、毎年継続していきたいと考える。