

## 【原著】

## オストメイトが患者交流会から得た心理的サポートと生活の変化

眞築城千夏子<sup>1</sup>、新垣若菜<sup>2</sup>、太田光紀<sup>1</sup>、垣花シゲ<sup>1</sup>、  
古謝安子<sup>1</sup>、國吉緑<sup>1</sup>、與古田孝夫<sup>1</sup>、豊里竹彦<sup>1</sup>

<sup>1</sup> 琉球大学医学部保健学科

<sup>2</sup> 琉球大学医学部附属病院看護部

(受付：平成 23 年 1 月 12 日)

(受理：平成 23 年 1 月 24 日)

## 要 旨

患者交流会に参加しているオストメイトが交流会を通してどのようなサポートを得たのか、その結果どのような心理的变化や生活の変化を体験したかを明らかにすることを目的に研究を行った。日本オストミー協会〇県支部会員 60 名のうち本研究に協力の得られた 12 名に、半構成的面接を行った。インタビュー内容の分析から、《人生の道しるべ》《帰属の場》《ストーマ管理に関する情報・支援》《メンバーの普段の頑張り》の 4 カテゴリーが抽出された。カテゴリー間の関連性について検討した結果、オストメイトは、《人生の道しるべ》《帰属の場》を得ることにより、ストーマを受け入れる気持ちができている。また、《メンバーの普段の頑張り》《ストーマ管理に関する情報・支援》に背中を押され、自分も「やってみよう」という気持ちになり、生活を変えていた。さらに、成功体験が自信につながり、生き生きとした生活を構築していることが示唆された。

**キーワード：**オストメイト、患者交流会、サポート、心理的变化、生活の変化

## 緒 言

オストメイトとは消化器・泌尿器系ストーマ（人工肛門、尿路皮膚瘻）保有者のことで、現在、膀胱・直腸機能障害者数から全国に 13.5 万人<sup>1)</sup>、沖縄県内には約 1300 人と推計されている。

ストーマ造設後も長期的に生存していくオストメイトの心理的葛藤は計り知れず、身体的ケアと同様に心理的ケアも重要視されており、その際に重要な概念となるのが「ストーマの受容」である<sup>2)</sup>。ストーマの受容はオストメイトの社会復帰を促進させる重要な概念である。オストメイトがよりよい生活の質 (Quality of life : QOL) を保つには、セルフケアの自立とストーマ受容を経て自信を持って社会復帰するとともに、生活上の困難を克服していかなければならない<sup>3)</sup>。

これまでの研究で、ストーマの受容には、現在の健康状態、ストーマの状態、家族や他のオストメイトからのサポート等が影響すると報告

されている。従って、ストーマに関するセルフケアを十分に受けストーマトラブルを防ぎ、家族や他のオストメイトからのサポートを有効に活用することがストーマの受容を高めると言われている<sup>4)</sup>。

近年、諸外国の医療分野においては、ピアサポートプログラムが積極的に導入されており、プログラムに参加した病者のサポートを受ける側、与える側双方の精神面や QOL により影響を与えることが報告されている<sup>5,6)</sup>。また、患者会活動は当事者主権のピアサポート機能が内在しており、体験した当事者だから分かる実感や生活工夫、当事者だからできることがある<sup>7)</sup>と言われている。ストーマ受容において他のオストメイトからのサポートは重要な因子であると言える。

しかし、他のオストメイトからどのようなサポートを得たのか、さらにサポートを得て気持

ちやストーマ管理、生活にどのような変化があったのかについて検討された研究は散見されるのみである。そこで、本研究は患者交流会に参加しているオストメイトを対象に面接調査を行い、患者交流会で得たサポートと、入会後の変化について明らかにすることを目的に実施した。

**対象と方法**

対象は、日本オストミー協会 O 県支部会員 60 名のうち、本研究に協力の得られた 12 名である。インタビューガイドを作成し、1 人約 40 分の半構成的面接法を実施した。調査は、月 1 回開催される定例会でオストミー協会支部長、事務局長から紹介を受けた後、プライバシーの保てる場所で個別に実施した。面接時に本人の許可を得て内容を IC レコーダーに録音した。

質問項目は、基本的属性、患者交流会に関する 5 項目、ストーマ管理に関する 4 項目、生活調整と工夫に関する 5 項目である。録音した内容から逐語録を作成し、患者交流会で得られたサポートにつながる内容を抽出しコード化した。次に、コードの意味や類似性に従い分類し〈サブカテゴリー〉を設定、さらに〈サブカテゴリー〉間の類似性から分類したものを《カテゴリー》として、それぞれネーミングした。その後、カテゴリー間の関連性について検討した。なお、妥当性、信頼性を高めるために質的研究に精通している研究者と分析を行った。

倫理的配慮として、対象者に研究の目的について文書と口頭で説明し、研究参加の同意を得た。データは研究以外の目的で使用しないこと、研究終了時点で破棄すること、プライバシーの確保、面接の協力を断ったり途中でやめても不利益にならないことを伝えた。

**結果**

対象者は男性 10 名、女性 2 名、平均年齢 77 歳、術後経過年数は平均 8.6 年、患者会入会年数は平均 5.5 年であった (表 1)。

分析の結果、全体で 25 コード、10 サブカテゴリー、4 カテゴリーに集約された (表 2)。以下、

データは「 」、コードは『 』、サブカテゴリーは〈 〉、カテゴリーは《 》で示す。

1) 人生の道しるべ

このカテゴリーは、〈先輩オストメイトの苦悩〉、〈先輩オストメイトの存在のそのもの〉や〈先輩の振る舞い〉という 3 つのサブカテゴリーから構成された。先輩オストメイトの体験談から約 20 年前の〈先輩オストメイトの苦悩〉を知り、今の自分の苦悩は取るに足りない、「今みたいにパウチとか装具が昔は充実しないから、もう相当苦悩しているわけさ。皆さんのお陰で、今自分はこんな恵まれた環境の中で補装具もちゃんとしているから、昔の人に比べれば苦勞することはそれ程はなかった」と表現していた。また、ストーマを隠さずに見せてくれた〈先輩の振る舞い〉から「これは病気のためで

表 1 基本属性

性別	男性	10
	女性	2
年齢		56 ~ 59 歳 平均 77 歳
術後経過年数		1.3 ~ 20 年 平均 8.6 年
患者会入会年数		1 ~ 11 年 平均 5.5 年
入会のきっかけ	外来看護師からの紹介	4
	病棟看護師からの紹介	1
	医師からの紹介	1
	メーカー担当者からの紹介	1
	外来のポスターを見て	1
	自宅に案内のハガキが届いた	1
	医療関係者なので知っていた	1
	不明	2
仕事の有無	あり	1
	なし	11
同居家族	あり	11
	なし	1
原疾患	直腸癌	6
	大腸癌	1
	膀胱癌	1
	肛門上皮癌、前立腺癌	1
	覚えていない・不明	3
ストーマの種類	消化管ストーマ	9
	尿路ストーマ	1
	ダブルストーマ	2
排便・排尿法	自然排便法	6
	自然排便法 + 洗腸排便法	3
	自然排便法 + 自然排尿法	2
	自然排尿法	1

表 2 患者交流会で得たサポート

コード	サブカテゴリー	カテゴリー
1 ストーマ装具がなかった時代の大変さ		
2 障害者手帳認定までの会の歴史と先輩の働き	先輩オストメイトの苦悩	
3 病気の再発や未熟な医療技術		
4 ストーマを 3 つもっている		人生の道しるべ
5 ストーマ造設後も長年元気である先輩オストメイトの姿	先輩オストメイトの存在そのもの	
6 会報で知った著名なオストメイトの存在		
7 ストーマを隠さない様子	先輩の振る舞い	
8 気兼ねなく話せる場		
9 相談の場		
10 老いによるセルフケアができなくなることに 対する予期不安の表出	思いの表出	
11 ストーマ造設までの経過を話す		帰属の場
12 みんな同じという存在		
13 精神的支え	仲間意識	
14 平素の付き合い		
15 メンバーの元気な顔		
16 排便法の新たな情報	メンバーからの情報	
17 洗腸方法のアドバイス		
18 ストーマ装具の情報	メーカーからの情報	ストーマ管理に関する情報・支援
19 福祉の情報		
20 WOC ナースによるストーマ管理技術の相談	専門家からの情報・支援	
21 外出時の工夫		
22 旅行時の工夫	メンバーの工夫	メンバーの普段の頑張り
23 食事の工夫		
24 旅行の体験談	メンバーの体験談	
25 運動の体験談		

あって、恥ずかしいものではない」とストーマを受け入れることができていた。さらに、目の前ではつらつとしている〈先輩オストメイトの存在そのもの〉によって、病気に対する不安が軽減して普通の人と変わらないと感じ、「オストメイトになって 1 年足らずだったから将来に対する不安がいっぱいあったが、こうして 10 年、20 年、30 年と生きられるのだ」、「ああいう風に年をとれたら」と《人生の道しるべ》となっていた。

2) 帰属の場

このカテゴリーは、〈仲間意識〉、〈思いの表出〉という 2 つのサブカテゴリーから構成され

た。ストーマ造設後、「こんなして生きていてと思うくらい落ち込んだ」が、会に参加したことでみんな同じ存在と感じ〈仲間意識〉が芽生え、それが精神的支えになっていた。また、「気軽に話ができる」、「みんな経験者だから自分の悩みや状況を打ち明ければいい」等、日常の何気ないこと、ストーマの相談や不安を気兼ねなく話せる〈思いの表出〉できる場になっていた。「楽天地」、「落ち着く場所」、「毎月の楽しみ」、「これよりいい組織はない」という参加者の表現は、交流会が《帰属の場》であることを示していた。

3) ストーマ管理に関する情報・支援提供

このカテゴリーは〈メンバーからの情報〉、

〈メーカーからの情報〉、〈専門家からの情報・支援〉という 3 つのサブカテゴリーから構成された。〈メンバーからの情報〉として、「それまではね、私は 1 日に 5 ～ 6 回処理していた。これで生きておってもつまらない、本当に気持ちがくさっておったよ。それが洗腸してからは全然そんなことはない」と、洗腸という排便コントロール法を知り、看護師の指導を受けたことで頻回のパウチ交換の負担軽減につながり生活を楽しむ余裕ができていた。交流会における〈メーカーからの情報〉では、製品の紹介や相談が行われ、これによって自分に合った装具を見つけて皮膚トラブル等が解決されていた。〈専門家からの情報・支援〉として、交流会に毎回 WOC ナース（創傷・オストミー・失禁ケア看護師）が参加しストーマ管理技術の相談にのっていた。

4) メンバーの普段の頑張り

このカテゴリーは〈メンバーの工夫〉、〈メンバーの体験談〉という 2 つのサブカテゴリーから構成された。排泄経路の変更により出来なくなったと考えていた事が、〈メンバーの工夫〉や「みんな旅行もしている、運動もしていると聞いて、ふさがった気持ちが段々明るくなって」と表現しているように、〈メンバーの体験談〉

に勇気付けられ自分もやってみようという気持ちが生まれていた。

考 察

これまで、オストメイトのピアサポートについて述べた文献はあるものの、詳細な検討は少ない。

本研究は、オストメイトが患者交流会でどのようなサポートを得たのか、さらにサポートを得て、気持ちやストーマ管理、生活にどのような変化があったのかを明らかにするために実施した。

面接内容を分析した結果、「患者交流会参加者が体験した心理的变化や生活の変化」として、4 カテゴリーに集約され、カテゴリー間の関連性をモデル化できた（図 1）。

1) ストーマを受け入れる気持ち

ストーマ造設後、オストメイトは様々な心理的葛藤を持っていた。ストーマ造設しこの先の長い人生を生きていけるのだろうかという病気や将来に対する不安、ボディイメージの変化、普通の人と違う等の思いである。小野らは<sup>8)</sup>、患者会活動に参加し同病者との関わりを求める者は、ストーマ管理に関する事のみでなく、仲間づくりや癒しの場などにもなっていることが伺えると報告し、また、久保田ら<sup>9)</sup>は、患者

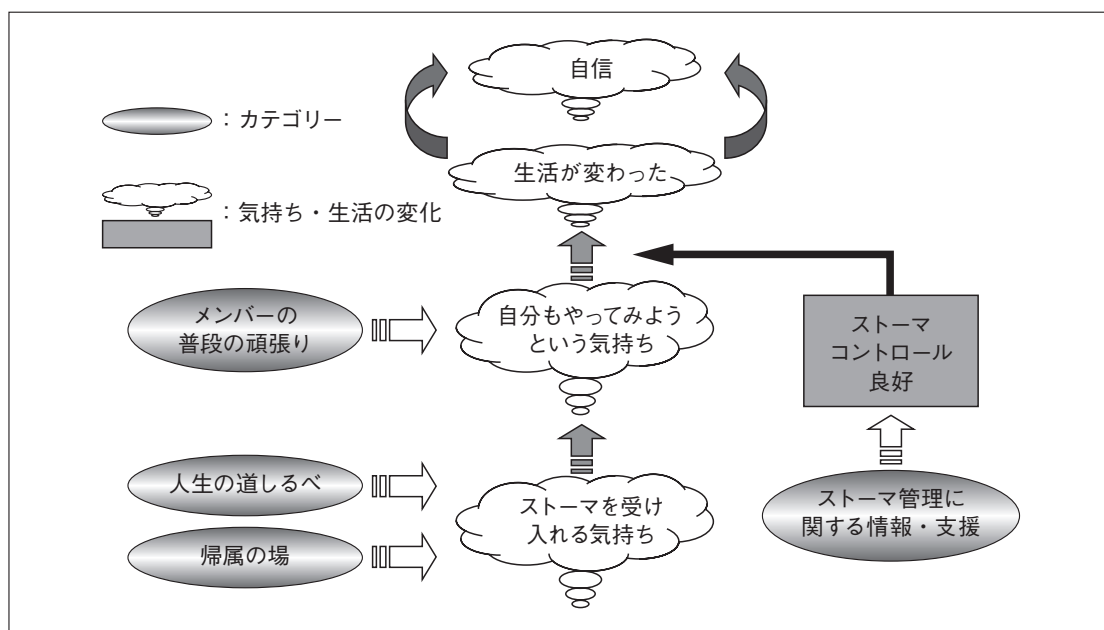


図 1 患者交流会参加者が体験した心理的变化や生活の変化

会に参加し造設年数の長い人の体験談を聞くこと、自分以外にも同じ悩みを持つ仲間がいること、何より自分だけが苦しいわけではないと思えることがオストメイトに精神的安定をもたらしていることを報告している。これらのことより、患者交流会で普通の人と変わらず元気でやっている他のオストメイトの姿が《人生の道しるべ》となり、これからの自己イメージを膨らませ、また仲間いつでも相談できる場《帰属の場》があるという安心感が、ストーマ受け入れを促進させたと考えられる。

## 2) 「自分もやってみよう」という気持ちが生活を変えた

さらに、オストメイトはストーマケアを組み入れた新しい生活を構築していく必要がある。その中で、排泄経路の変更により日常生活に煩わしさを感じたり、今まで通りにいかない事に葛藤していた。患者会は、ストーマ造設した人々が集まり、退院後ストーマを持つがゆえの日常生活上の悩みを話し合い、装具などについての情報交換の場として設立されている。添嶋ら<sup>10)</sup>は、「患者会での研究会や先輩オストメイトの体験談を聞いたことが役立った」との回答がみられ、同じ経験をもつオストメイトから新たな情報や心理的共感を得られることが、ストーマ受容を促進する要因となっていると報告している。また、患者会に参加し造設年数の長い人の体験談を聞くこと、自分以外にも同じ内面を持つ仲間がいること、何より自分だけが苦しいわけではないと思えることがオストメイトに精神的安定をもたらしていた。このように患者会に参加することで「仲間がいるからがんばろう」という気持ちを持つことができる<sup>9)</sup>との報告もあり、本研究においても、《メンバーの普段の頑張り》が「自分もやってみよう」という気持ちを引き起こしていたと考えられる。

また、ストーマ周囲の皮膚障害は、コロストメイトにとっては全身の身体状況や精神状態に影響を及ぼしうる可能性があること<sup>11)</sup>、ストーマトラブルを防ぐことがストーマ受容につながること<sup>10)</sup>より、交流会で得た《ストーマ管理に関する情報・支援》によりストーマのコントロー

ルがうまくいった事が、「自分もやってみよう」という気持ちを後押しし、行動を起こし、生活を変えていったと考えられる。

## 3) 成功体験が自信につながった

Bandura<sup>12)</sup>は、患者の行動変容を促すためには自己効力を高めることが必要で、自己効力を高めるためには、患者自身が「自分は出来る」という自分に対する期待(効力期待)を持つことが重要であると述べている。そして、自己効力を高める具体的な情報として[遂行行動の達成][代理的経験][言語的説得][生理的・情動的状態]の4つを提唱している。

本研究の結果では、例えば、畑仕事の継続や運動の再開、今まで通りの外出や旅行への挑戦である。それらの経験の中で試行錯誤しながら自分に合った方法を見つけ、自分で行動し達成できたという成功体験が自信につながっていた。これは[遂行行動の達成]にあたる。成功体験を積み重ねることで、オストメイトは達成感と自信を持つことができ、その自信は、さらに新たな挑戦の力となっていた事が示唆された。

## 本研究の限界と課題

本研究は、対象者がO県内のオストミー協会員12名と少なく、地域も限られていた。また、年齢や性別の偏り等の限界があった。したがって、本研究で得られた知見を一般化するためには、対象を拡大した検討が必要であると考えられる。

## ま と め

オストメイトが患者交流会において、どのようなサポートを得たのか、さらにサポートを得て気持ちや生活にどのような変化があったのかを検討した。その結果、以下の4点が明らかになった。

1. オストメイトは患者交流会で先輩オストメイトに会い、苦悩を乗り越えて10年、20年、30年も生き生きと生活している姿から、今後の自分自身の《人生の道しるべ》としていた。
2. オストメイトは患者交流会の仲間とともに過ごすことで仲間意識を感じ、気持ちをわかりあえると感じ、《帰属の場》を得ていた。

3. 患者交流会で仲間、専門家等から得た《ストーマ管理に関する情報・支援》は、オストメイトのストーマ管理法を助け、生活活動の拡大を容易にしていた。
4. 様々な創意工夫を行いながら生き生きと生活している《メンバーの普段の頑張り》は、「自分もできるかも」「自分もやってみよう」等のようにオストメイトの背中を後押ししていた。

これらの結果から、患者交流会参加者は図 1 に示したような心理的变化や生活の変化を通して、生き生きとした生活を構築していることが示唆された。

#### 謝 辞

調査に快くご協力くださった患者会支部長、関係者および会員の皆様に感謝申し上げます。

#### 文 献

- 1) 厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部企画課：平成 18 年身体障害児・者実態調査結果. <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/shintai/06/index.html>
- 2) 梶原睦子：ストーマ受容という概念の再考. 山梨医科大学紀要. **18**: 55-60 2001
- 3) 道廣睦子、村上生美、他：ストーマ保有者の社会活動とその関連要因. 日本ストーマ学会誌 **22(2)**: 73-79 2006
- 4) 藤田佳子：オストメイトのストーマの受容に関する和文献の検討. 日本赤十字広島看護大学紀要 **3**: 87-94 2003
- 5) Schwartz C. E., Sendor R. M., : Helping others helps oneself : Response shift effects in peer support. Soc. Sci. Med. **48**: 1563-1575 1999
- 6) Stewart M., Davidson K., et al. : Group support for couples coping with a cardiac condition. J. Adv. Nurs. **33(2)**: 190-199, 2001
- 7) 高畑隆：ピアサポート－体験者でないと分からない－. 埼玉県大紀要 **11**: 79-84 2009
- 8) 小野美穂, 高山智子, 他：病者のピア・サポートの実態と精神的健康との関連 日本看護科学会誌 **27(4)**: 23-32 2007
- 9) 久保田早苗, 遠藤みどり：オストメイトの自己効力感の要因に関する研究－患者会に参加しているオストメイト 3 事例を通して－. 日本看護学会論文集 成人看護Ⅱ **37**: 156-158 2006
- 10) 添嶋聡子, 森山美和子, 他：オストメイトのストーマ受容度とセルフケア状況およびストーマ受容影響要因との関連性. 広島大学保健学ジャーナル **6(1)**: 1-11 2006
- 11) 片岡ひとみ, 上月正博：コロストメイトの健康関連 QOL 及びストーマ適応度の評価. 日本創傷・オストミー・失禁ケア研究会誌 **7(2)**: 5-11 2003
- 12) Bandura A. : Self-Efficacy: The Exercise of Control. pp6 Freeman 1997

連絡先：眞築城千夏子  
 琉球大学医学部保健学科  
 沖縄県中頭郡西原町字上原 207 (〒 903-0215)  
 TEL : 098-895-1262

## Changes of Lifestyle Among Ostomates Through Peer Support Groups

Chikako MAESHIRO<sup>1</sup>, Wakana ARAKAKI<sup>2</sup>, Mitsunori OTA<sup>1</sup>, Shige KAKINOHANA<sup>1</sup>,  
Yasuko KOJA<sup>1</sup>, Midori KUNIYOSHI<sup>1</sup>, Takao YOKOTA<sup>1</sup>, Takehiko TOYOSATO<sup>1</sup>

<sup>1</sup>School of Health Sciences, Faculty of Medicine, University of the Ryukyus

<sup>2</sup>Department of Nursing, University Hospital, University of the Ryukyus

### Summary

The aim of this study is to clarify what kind of support ostomates receive from peer support groups and how they have changed their mind and lifestyle. Twelve ostomates who are members of O prefecture branch of Japanese ostomate association were interviewed according to the semi-structured interview guide. The contents of the interview were on demographic data, peer support group, self caring of stoma and adjustment of lifestyle. Four categories were extracted from the interview data as the peer support which the ostomates obtained through peer support groups. The categories were “the signpost toward successful life”, “the place to call their own”, “information and skills on self caring of stoma”, and “positive attitudes of older members”. We found the specific relationships among four categories. First, the ostomates met “the signposts toward successful life”, got “the place to call their own”, and they accepted themselves with stoma. Then, “positive attitudes of older members” and “information and skills on self caring of stoma” pushed the ostomate’s back toward to “intending changes of lifestyle”. It suggested that they received confidence from success in the change of their lifestyle and finally obtained a lively lifestyle.

(Med Biol **155**: 135-141 2011)

**Key words:** ostomates, peer support Group, support, psychological change, change of lifestyle

Correspondence address: Chikako MAESHIRO  
School of Health Sciences, Faculty of Medicine, University of the Ryukyus  
207 Uehara, Nishihara, Okinawa, Japan 903-0215

