

ICT と面談を組み合わせた協働的パートナーシップによる 2 型糖尿病のセルフマネジメント支援プログラムの作成と評価

看護学研究科博士後期課程 療養支援看護分野
慢性・急性期看護学領域 08D008 高橋圭子

I 研究の背景

糖尿病のセルフマネジメントは、生活習慣が大きく影響することから対象者自身の主体的な取り組みが不可欠である。近年では患者教育や血糖管理に応用した情報通信技術 (Information and Communication Technology: 以下 ICT) を用いたアプリケーションが盛んに開発されている。しかし、先行研究では、糖尿病患者は患者教育によって情報提供がされていても、療養法を生活の中にうまく取り込めないことや医療者の支援を適時に得られないことが自己管理を阻害していると報告されている。ICT の活用とともに、対象者の状況に接近した医療者と協働するセルフマネジメントの支援が必要である。

II 研究の目的

ICT (web 版ソフトウェア ^{セマディア} SMDia) と面談を組み合わせた協働的パートナーシップによる 2 型糖尿病のセルフマネジメントを支援するプログラムを作成し、2 型糖尿病と診断されている対象者に適用し、その効果を評価することを目的とする。本支援プログラムは、2 型糖尿病をもつ人々が、web 版ソフトウェア SMDia を活用して、食事・運動等の生活習慣と体重等のセルフモニタリングを行うとともに、定期的な面談と適時 on-line による支援を通して生活を振り返り、セルフマネジメントにおける目標達成を目指すものである。

III 研究方法

1. 研究デザイン：1 群事前事後テストデザイン(事例介入研究)
2. 対象者：2 型糖尿病を指摘され、PC またはタブレットを所有していてパソコンを用いた文字入力、Web ページの閲覧、メール作成と送受信が可能である者とした。
3. 支援プログラムの概要：対象者との協働的パートナーシップの形成の基に、セルフマネジメントの動機づけとスキルの獲得支援、自己効力感を高めることによる継続支援を主とした。実施方法は、on-line および面談による支援を組み合わせで構成した。
4. データ収集：支援プログラム開始時・1 ヶ月後・3 ヶ月後に、糖尿病自己管理行動尺度、糖尿病自己効力尺度、セルフマネジメントの自己評価、体重、HbA1c を測定した。面談では支援プログラムの効果について 1 ヶ月後・3 ヶ月後に半構成的面接を実施した。6 ヶ月後に Follow-up を兼ねて同内容でセルフマネジメントの継続状況を評価した。
5. 分析方法：支援プログラム開始時、1 ヶ月後、3 ヶ月後、6 ヶ月後の測定値について分散分析および Bonferroni の多重比較を行った。質的データは、質的帰納的に分析した。
6. 倫理的配慮：本研究の特徴として、対象者は全てコードネームを用い、データのアップロード時や記録データ閲覧時は暗号化通信を設定した。また、免責事項を追加した。聖隷クリストファー大学の倫理委員会の承認を得て実施した。

IV 結果

同意が得られた者は、男性 3 名、女性 5 名、年代は 30 歳代から 60 歳代の 8 名で、食事・運動療法を中心に耐糖能異常の正常化を目指す状況にある者であった。

対象者のセルフモニタリング状況(SMDiaへのアクセス回数)は、1ヵ月後は週平均5回、3ヵ月後週平均5回であった。支援プログラム終了後もアクセスは継続されていたが、週平均3-5回に減少した。対象者は、3ヵ月間の支援プログラム終了後に糖尿病自己管理行動得点および糖尿病自己効力得点の上昇、体重の減少がみられ、統計学的に有意差があった。HbA1c値は、開始時と6ヵ月後のデータを比較すると改善が認められ有意差があった。

ICTと面談を組み合わせた支援プログラム参加後のセルフマネジメントの変化は、1ヵ月後では【自分事としての糖尿病の自覚】から【データを通した日常生活の振り返りと偏りの発見】につながり【データ登録を意識した行動修正】がみられ【セルフマネジメントを実行する目標の立て直し】に至った。3ヵ月後(終了時)には、【セルフマネジメント・スキルの実践】をし、【セルフマネジメントの主観的・客観的評価】ができたが、やる気と時に揺れる気持ちの【セルフマネジメントの変換】がみられた。6ヵ月後には、【生活に応じたセルフマネジメント・スキルの活用と生活調整】、【自身の評価指標によるセルフマネジメントの維持】へと変化した。また、掲示板による on-line を通した同病者との関係は、【on-line でつながる他者との関係】から【on-line による情報の活用とつながり感の深まり】がみられた。

V 考察

本研究における ICT(SMDia)と面談を組み合わせた2型糖尿病セルフマネジメントの支援プログラムは、2型糖尿病に関連した指標の改善がみられたことからセルフマネジメントの継続に一定の効果があつたと考えられる。面談による支援を通して日常生活を振り返ることにより、問題や課題への気づきが促され、状況に応じたセルフマネジメントの工夫がなされて行動修正へとつながっていた。また、開始時からの協働的パートナーシップによる支援により、強い信頼関係が構築され、対象者は課題達成に向けて医療者と協働して取り組み実行することが可能になったと考えられる。掲示板による同病者間の交流は、自分だけではないという共感性・親密性をもたらし、セルフマネジメントの励みとなっていた。対象者が主体的に取り組んだ結果、自己効力感の高まりや糖尿病自己管理行動の改善につながり、療養の工夫等のセルフマネジメント・スキルの獲得と維持を促したと考えられる。

VI 結論

ICTと面談を組み合わせた2型糖尿病の支援プログラムは、支援プログラム終了時および6ヵ月後の測定データにおいて改善を認め、有効性が示唆された。面談による支援は、対象者のセルフマネジメント・スキルの獲得を促進し、on-lineによる継続的な支援は、継続が促進されることが示唆された。