

## ■調査・統計

837

## アンケート調査からみた便秘に対する運動療法の有効性

有馬征宏<sup>1)</sup>・成瀬早苗<sup>1)</sup>・西山知佐<sup>1)</sup>・鈴木重行<sup>2)</sup>  
張本浩平<sup>2)</sup>・有馬征宏<sup>1)</sup>

- 1) 総合上飯田第一病院リハビリテーション科
- 2) 名古屋大学医学部保健学科

## key words

便秘・運動療法・アンケート調査

【はじめに】 当院では下剤に頼らず自然に排便できるようにする目的で便秘教室を行っている。スタッフとして医師、栄養士、理学療法士が関わり、包括的に指導を行っている。体を動かすことは、反射的に腸の蠕動運動が促されるので便秘の解消に有効である。この理由として運動中は交感神経優位で腸運動は抑制されているが、運動後は逆に副交感神経優位となって腸運動が亢進されることが挙げられる。そこでわれわれは便秘に対する運動の重要性について啓蒙し、運動療法（歩行・体操）の指導を行っている。今回、便秘に対する運動療法の有効性について参加者にアンケート調査したので若干の考察とともに報告する。

【対象および方法】 アンケート調査の対象者は便秘教室の参加者とした。有効回答者数は81名（男性27名、女性50名、性別不詳4名）で、年齢は20代から80代だった。運動療法に関するアンケート調査は、参加前後における歩行・体操の効果、排便間隔の変化など18項目について質問し、その人数を集計した。一日の歩行距離、下剤摂取量、排便間隔の3項目について、参加前後の比較にWilcoxon符号付順位和検定を用い、危険率5%以下を有意な差とした。

## 【結果】

- 1) 回答者年齢分布：60から70歳代が81人中51人と全体の約63%を占めており、他の年代と比べて多かった。
- 2) 一日の歩行距離の変化：参加前後で歩行距離を増やした人数は有意に増加した。
- 3) 歩行の効果：69人中60人（約87%）の人が便秘に対して歩行の有効性を認めた。
- 4) 体操実施人数の変化：70人中35人（50%）の人が便秘教室参加前は体操をしていなかったが、参加後から体操を家庭で行う人が65人（約93%）と飛躍的に増加した。
- 5) 体操の効果：68人中60人（約89%）の人が便秘に対して体操が効果的であると回答した。
- 6) 下剤摂取量の変化：参加前後で下剤の摂取量が減少した人数は有意に増加した。
- 7) 排便間隔の変化：参加前後で排便間隔が短縮した人数は有意に増加した。

【考察】 今回のアンケート調査から、歩行や体操などの運動は参加者自身の主観や客観的データからも、便秘に対する有効性が示される結果となった。下剤摂取量の減少と排便間隔の短縮は、自然排便の増加と便秘改善を示唆しており、その要因として同様に歩行と体操が関係していると考えられる。

【まとめ】 この便秘教室は医師、栄養士、理学療法士がそれぞれの専門の立場から便秘にアプローチしており、今回の結果は運動療法だけの効果ではなく、多因子の相乗効果からなる成績だと考える。しかし、今回のアンケート調査で、少なからず歩行や体操などの運動療法が便秘に対して有効な手段の一つであることは確認できた。

## ■調査・統計

419

838

当院に入院する頭部外傷患者の問題点  
—精神機能障害に着目して—金子功一<sup>1)</sup>・安達千佳子<sup>1)</sup>・土屋亜子<sup>1)</sup>・江部靖子<sup>1)</sup>  
砂山聡子<sup>1)</sup>・近藤公則<sup>1)</sup>・吉野瑞得<sup>1)</sup>・林 舞子<sup>2)</sup>

- 1) 立川メディカルセンター悠遊健康村病院 リハビリテーション部
- 2) 介護老人保健施設 悠遊苑

## key words

頭部外傷・精神機能障害・後方視的調査

## 【はじめに】

頭部外傷において、その障害像が多彩である事は周知の通りであるが、精神機能障害もそれらの中の一つでアプローチに苦慮することが多い。今回、当院に入院する頭部外傷患者に対して、精神機能障害を中心に後方視的調査を行ったので若干の考察を加え報告する。

## 【対象と方法】

対象は、1997年7月～2000年10月までの3年3ヶ月で当院入院中もしくは、入院歴のある頭部外傷患者26名（男性20名、女性6名）で平均年齢は51.7歳（12～85歳）である。

方法は、①入院時のGlasgow Coma Scale（以下、G.C.S）、②入退院時のBarthel Index（以下、BI）、③入退院時の精神機能障害の状況（脳外傷者生活評価表による）、④訓練時支障をきたした点、⑤家族の訴え、⑥転帰（退院した患者）について診療記録より後方視的調査を行った。

## 【結果】

1. 入退院時の平均G.C.Sは入院時12.8点（6～15点）、退院時13.3点（6～15点）であった。
2. 入退院時の平均BIは、入院時35.8点（0～100点）、退院時55.8点（0～100点）であった。
3. 脳外傷者生活評価表は、認知機能面とパーソナリティの面の評価に分かれており、それぞれで様々な精神機能障害が見られた。また、入院時よりも退院時で高い割合を示していた項目もあった。
4. 訓練時支障をきたした点は、身体機能障害の他に、訓練意欲の低下、指示・理解の低下等精神機能障害の問題も多かった。
5. 家族の訴える問題点は、身体機能の問題の他に人格の変化、高いリハゴールの要求等があった。
6. 退院した20例の転帰の内訳は、自宅退院（強制退院含む）がもっとも多く、以下、他施設・病院へ転所・転院等であった。このうち、復職・復学できた例は2例であった。

## 【考察】

1. 頭部外傷における精神機能障害の問題は、諸家によって様々な報告がなされている。本調査でも多様な精神機能障害が存在していた。
2. 退院時平均G.C.SやBIは向上していたが、脳外傷者生活表の一部の項目で割合が増加していた。この理由としては、訓練で身体機能が改善した反面、精神機能障害の残存がクローズアップされたためと考えられる。
3. 精神機能障害の残存は、患者・家族に障害の受容の問題を引き起こす。本調査でもリハゴールを達成後、更なるリハの継続を希望し、他施設・病院へ転所・転院といった例が存在していた。

4. また、自宅退院しても精神機能障害の存在で、家族の介護量や精神的負担が増大し、在宅生活に支障をきたしている例もいた。頭部外傷における精神機能障害の存在は、様々な面で重要な影響を及ぼす事が示唆された。