

長期療養者に禁煙成功を もたらした取り組み

—目的意識の明確なSSTの効果—

医療法人社団 五稜会病院
○松田幸枝・三好忍・浮田志保
八木こずえ・中島公博

第37回日本精神科病院協会学術集会
平成21年11月13日 香川県高松市

はじめに

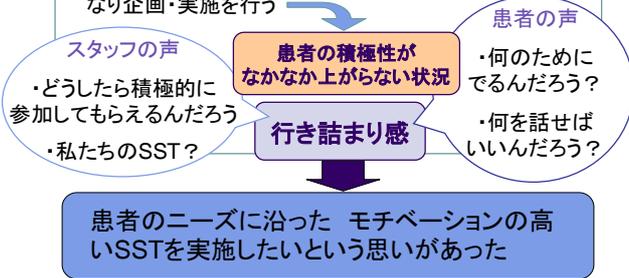
- 五稜会病院
病床数193床、中規模の民間単科精神科病院
- 療養型開放病棟【社会復帰病棟】(以下当病棟)
定床54床、慢性期統合失調症患者が多く在院
- 当病棟では対人交流の活性化や生活能力全般の向上を目指してSSTを実施
- 今回グループを実施する為に工夫したこと、結果や実感した効果、学んだことについて報告する



今回の取り組みの背景①

当病棟でのSST

- 3年前から病棟看護師2～3名がSST担当スタッフとなり企画・実施を行う



今回の取り組みの背景②

院内禁煙化の方針が決まる(2008年9月)

- 《病棟の反応とSST取り組みへのヒント》
- ・禁煙化委員会の方針で実施約4ヶ月前に告知した(2009年4月から院内禁煙)
 - ・告知後、患者、スタッフ共に禁煙は困難というイメージが強く、不安を感じていた
 - ・禁煙化への思いや考えをアンケートで聞くと、「他の人と一緒に禁煙に挑戦してみたい」という希望があった

現在の課題に対して、患者の自発的なニーズや明確な目的を聞くことが出来た

SSTグループで禁煙について扱ってみよう!



禁煙SSTがはじまるまで

実施したこと

- ① 長期入院者で喫煙している人のリストアップ (10名)
- ② 意見を聞く会を実施 (5名ずつ2グループ)
- ③ グループで禁煙したいというメンバー7名で開始することに決定
- ④ "禁煙・喫煙プラン"をたててアセスメントする

わかったこと

- ・禁煙しなければならないと思っている
- ・禁煙に対する意見とグループへ関心があることがわかった
- ・喫煙者4名＋禁煙を開始した3名が希望する
- ・全員の目標が、4月から禁煙すること

メンバーの紹介

氏名	年齢・在院期間	病名	喫煙歴	備考
A氏	61歳♀(10年)	SC	30年(20本/日)	
B氏	60歳♂(6年)	SC	40年(10本/日)	ペースメーカー装着
C氏	59歳♂(11年)	SC	40年(20本/日)	
D氏	50歳♀(8ヶ月)	SC	14年(40本/日)	生来の弱視
E氏	61歳♀(3年半)	SC	20年(5本/日)	
F氏	68歳♀(2年半)	AL	30年(20本/日)	12年間で17回の入院
G氏	42歳♀(12年)	SC	25年(40本/日)	



グループ計画

1回60分
週に1度
計7回

2009年2月～4月

セッションの構成
前半:心理教育的な要素を取り入れた禁煙に関する情報の提供
後半:メンバー同士のディスカッション
* 毎回、課題を明確にして振り返りを行う
スタッフ間の打ち合わせを密に行う

<1回目>喫煙・禁煙の現状と目標を話し合う
<2回目>喫煙の害について話し合い、禁煙の意欲を高める
<3回目>禁煙のメリットと成功させる為の工夫について
<4回目>自分なりの禁煙対策を考える
<5回目>禁断症状とその対処法について考える
<6回目>禁煙を続けるコツ
<7回目>振り返り

禁煙グループ1回目

<テーマ> 喫煙・禁煙の現状と目標を話し合う

- 禁煙経験について
- 禁煙のきっかけ
- 自己目標の発表

→

- 禁煙は辛いでもしなきゃならない
- 7名中6名が禁煙を楽観的に捉える

3名 禁煙中

禁煙グループ2回目

<テーマ> 喫煙の害について話し合い禁煙意欲を高める

- 喫煙の害について情報提供 (写真やデータなど)

→

- 反応が大きい
- 健康と結びつけて考えられるようになる

【院内禁煙説明会】

入院患者や施設利用者を対象にした、院内禁煙化に伴う説明会。禁煙化の経緯や禁煙のメリット、禁煙をサポートする当院の取り組みなどについての説明会を計3回実施した。



↑ 院内説明会の様子

禁煙グループ3回目

<テーマ> 禁煙のメリットと成功させる為の工夫

- 禁煙化に伴う院内説明会に参加後、感想と成功させる為の工夫について話し合う

→

- 現状を知りより現実的に捉えられた
- ニコチン製剤やその他の方法についても知りたい

3名 禁煙中

禁煙グループ4回目

<テーマ> 自分なりの禁煙対策を考える

グッズ紹介

- ニコチン製剤
- アロマテラピー

→

- 使ってみようかな
- 自分に合う方法は何かを話し合う

4名 禁煙中

禁煙グループ5回目

<テーマ> 禁断症状とその対処法について考える

禁断症状の経験談
どのような対処があるか

→

- 経験者の意見で
- 現実的に自分の事として考えられる

5名 禁煙中

禁煙グループ6回目

<テーマ> 禁煙を続けるコツ

- 継続させるコツ
- 数日後に控えた院内禁煙に向けて

→

- 1名を除く全員禁煙 (メンバーの頑張りが励みになった!)

6名 禁煙中

禁煙グループ7回目

<テーマ> 振り返り

- 禁煙取り組みの感想・振り返り
- どうしても吸いたくなったら?

→

- グループで報告できることが楽しかった
- 成功体験で自分にもできるという自信になった

全員禁煙!

グループの相互作用と結果

- 禁煙ができていることの報告が楽しみ
- 皆で話すと思欲がでる

↓

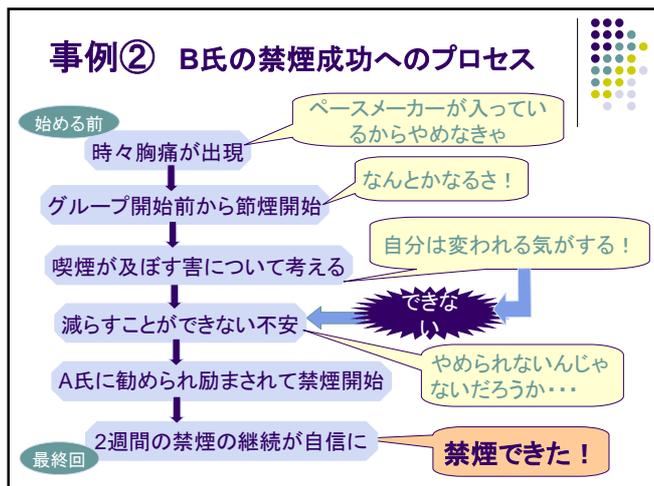
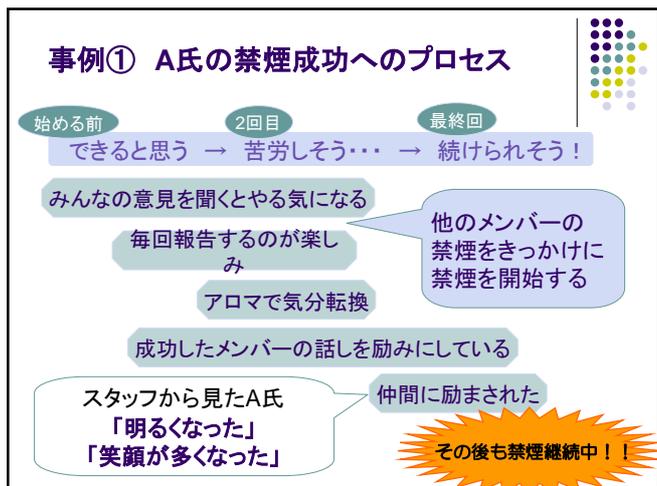
他のメンバーの頑張りで自分もやってみよう! できるかもしれない!

↓

自発性や意欲が維持され7名が禁煙に成功!

→

- はっきりした目的意識を持ち続けることができた
- 自分にもできる! と自信になった
- 発言・表出することによって考えを確立していくことができた



- ### 考察
- 患者が困っていること、目標を明確にし、どのような支援を必要としているか把握することが大切である
 - 患者が自発的に目標を定めることで達成感を得ることの重要性を再認識した
 - スタッフが患者に内在していた潜在的な力を知る機会が得られた
 - 患者自身が自己効力感を高めることに繋げることができた
 - 目的意識が明確であれば「楽しみ」「やる気」になって効果に繋がっていく

- ### おわりに
- 院内禁煙化に伴い、長期療養者の禁煙のためにSSTを実施した。その結果、望ましいグループ効果により7名が禁煙に成功できた。禁煙は現在も継続効果をもたらしている
 - 患者のニーズに沿った具体性のある禁煙SSTは、従来のSSTでは得られにくかった患者の自発性や積極性を引き出し、達成感をもたらした
 - 今後も患者のニーズに沿った、力を引き出すSSTに取り組んでいきたい