

炎症性腸疾患(IBD)セルフケア能力測定ツールの作成 とセルフケア能力に関する実態調査

私達はセルフケア(試行錯誤のもとご自身の健康と生活の質の向上のために営む諸活動のことを指します)能力に着目することで、患者さんがより良く過ごすための知見を得られると考え、上記の看護研究のアンケート調査を実施し、多くの方々にご協力をいただきました。その結果、5つのセルフケア能力が重要であるという知見が得られたため、ご報告させていただきます。2019年8月29日～10月5日のアンケートにご回答いただいた皆様、ご協力ありがとうございました。

226名の方々からご協力いただいたアンケートの分析結果を報告いたします。



- 自分の病気をふまえ、身体的・精神的・社会的に支援してくれる人的環境を整える能力。
- セルフケアの上でサポーターの存在は重要であり、そのサポーターを自ら整えて、必要時に活用する力。



人的支援を構築する力

- 自覚症状や検査データ値から状態をアセスメントし、今後の生活に応用する能力
- 自宅で体調が悪くなった時に、判断してどう行動するかに関わる大事な力

セルフアセスメント力^{りよく}

- セルフケアを行う上で基礎となる、疾患やセルフケアの情報を理解し知識とする能力
- 自分にとって必要な情報を得て適切な判断、行動に繋げるための力

知識獲得力

IBD患者さんの セルフケア能力 を構成する5因子

自分らしく自己管理する力

- 自分らしく自己管理をするための心のゆとりや自己管理への自信
- 病気に振り回されないための、これまでの成功体験を生かすことで培われていく力

自己管理を継続する力

- 医療者を含む周囲のサポートを得ながら日々のセルフケアの評価と修正を継続することで、自分の望む生き方を目指す力
- 生活していく過程において再燃やライフイベントの変化など、時にセルフケアを見直す必要が生じた時に軌道修正していく力

これら5つのセルフケア能力は、患者さんがより良い生活を送るために必要な力であることが分かりました。

私達はこれら5つのセルフケア能力を看護師教育などで応用し、多くの患者さんに還元できるような取り組みを今後とも続けてまいります。