# 人工股関節術後の生活指導

## ～生活情報チェックリストの作成と取り組み～

5階東ナースステーション　○松井　香織，高石　亮子，渡邊　智美，中野渡千早，和島　知美，
小熊佐智子

### Ⅰ．はじめに

人工股関節手術後は日常生活動作に制限をしいられることが多く、生涯にわたり脱臼予防への自己管理を継続しなければならない。

昨年当病棟では退院指導の充実を図るためにパンフレットの見直しを行い、指導を行っていた。しかし、指導中患者から「家ではもっと色々な動きをする」等の言葉が聞かれ、患者の実生活に沿った指導ができていないと感じた。今回生活情報チェックリスト（以下チェックリスト）を作成し、個々の実生活に対応した指導に取り組んだ結果を報告する。

### Ⅱ．研究目的

チェックリストを用いて実生活の情報を収集し、指導を行うことで脱臼不安の軽減につなげる。

### Ⅲ．研究方法

期間および対象：平成20年９月から11月までに人工股関節置換術（以下THA）・人工骨頭置換術を施行した患者３名。

方法：①日常生活動作に関するチェックリストを作成、②術後２週の間にチェックリストに沿って聞き取り調査による情報収集を行い、脱臼危険箇所について指導。③試験外泊時に生活物品測定記録票の記載を依頼し、危険箇所について助言・指導を行う。

データ収集方法：初回受診時に半構成的質問紙を用い、面接調査を実施する。

### Ⅳ．事例紹介

Ａ氏：81歳、女性。変形性股関節症にて左THA施行。

Ｂ氏：82歳、女性。右大腿骨頚部骨折にて右人工骨頭置換術施行。

Ｃ氏：76歳、女性。右大腿骨頚部骨折にて右人工骨頭置換術施行。

### Ⅴ．結　　果

Ａ氏は正座中心の生活であった。入浴時はシャワー椅子を使用すること、居間ではソファを利用することを説明した。また、家族よりベッド購入のため高さについて相談があり、過屈曲とならない高さを説明した。

Ｂ氏は夫の見舞いに行くため、「車に乗れるの？」と質問があり、椅子をシートに見立てて乗降練習を行った。浴槽は狭いため、浴槽内に台を置くことを説明した。

Ｃ氏は、時折失禁することもあり、家族より「座りながら自分で下着の着脱方法を習得してほしい」との希望があった。端座位での衣服着脱練習を繰り返し行い習得できた。外泊後、全患者より不安の言葉は聞かれなかった。

退院後の面接調査では①脱臼への不安を感じた点について「はい」１名、「いいえ」２名だった。「はい」と答えた１名は「バスの乗り降り」に不安を感じたと答えた。②退院後の生活において看護師の指導不足を感じた点③もっと練習が必要であったと考える点について、２名は「特になかった」と答えた。１名はバスの乗降練習を希望された。

### Ⅵ．考　察

パンフレット指導は抽象的な指導となるため、患者は退院後の生活環境において些細な変化に戸惑いを感じ、不安が生じると考える。今回個々の生活環境を把握し指導を行ったことで、退院後、患者の不安の軽減につながった。その関わりの中から不安が具体化され、患者・家族のニードに沿う指導を行うことができた。以上によりチェックリストは有効であると考える。

今回自宅生活中心の情報収集であったため、今後更なる指導の充実を図る上で、患者の行動レベルに沿ったチェックリストの改善が必要である。

### Ⅶ．結論

１．患者個々の生活環境を情報収集する上でチェックリストは有効である。

２．個別的な指導は不安軽減に繋がる。