

家族介護者にもさまざまな専門職からのケアが必要 ～適切なセルフメディケーションに向けて～

慢性の病気の患者を介護する家族（家族介護者）の健康状態は、被介護者の介護を継続していく上で、重要な要素です。家族介護者の健康行動の一つとして、セルフメディケーションがありますが、その実態はほとんどわかっていませんでした。セルフメディケーションは、市販薬などで自らの健康問題に対応することを指し、軽い症状での不要な医療機関の受診を抑制し、医療費の削減にもつながるため、政策的にも推進されている一方で、誤った使用や乱用などによる有害事象や処方薬との相互作用といったリスクも指摘されています。しかし、これまで、セルフメディケーションに関して、家族介護者に焦点を当てた調査は限られていました。

本研究では、家族介護者に対するアンケート調査を行い、被介護者（患者）に関わる医療や介護のさまざまな専門職から介護者自身が受けるケアの経験と、セルフメディケーションの実態を評価し、その関連を分析しました。その結果、約1/3の家族介護者がセルフメディケーションを行っており、さまざまな専門職からのケアを受けた経験をより高く評価している家族介護者は、セルフメディケーションを行わない傾向にあることが示唆されました。

本研究結果から、医療・介護専門職は、患者の健康状態のみならず、家族介護者の健康にも目を向け、セルフメディケーションに関する適切な助言を行うべきであると考えられます。

研究代表者

筑波大学 医学医療系

舩本 祥一 講師

研究の背景

我が国では高齢化に伴い、慢性の病気の患者を介護する家族（家族介護者）の数も増加しています。これに伴い、家族介護者自身の健康状態が介護の継続に影響を与えることが分かっていますが、これまでの報告では、家族介護者は介護に追われる中で、自らの健康管理をおろそかにしがちとされています。多くの介護者は患者の介護に対して、ストレスや負担を経験しており、介護負担は身体的、精神的、心理社会的にも大きな影響を及ぼします。また、介護者自身も高齢化し、慢性の病気を抱えながら介護しているケースも増加しています。

一方、セルフメディケーション^{注1}は、日常の健康問題を管理する上で、一つの有効な手段ですが、医療従事者への相談を経ずに利用できることから、薬剤の誤った使用や乱用、予期しない有害な事象や薬剤同士の相互作用のリスクもあります。しかしながら、セルフメディケーションに関するこれまでの研究は、患者自身の健康問題に関する調査が多く、家族介護者についての実態は分かっていません。また、家族介護者のセルフメディケーション利用に対しては、患者に対してケアを提供している医療や介護の専門職の認識も不十分と考えられます。

在宅で療養する慢性の病気を患う患者は、医師、看護師、リハビリテーション職、薬剤師やケアマネージャーなど複数の専門職から治療・ケア・支援などを受けており、家族介護者も患者の介護を通して、しばしばそれらの専門職とコミュニケーションをとっています。このことに基づき、本研究グループは、「家族介護者のセルフメディケーション利用は、こうしたさまざまな専門職から提供されるケアの経験と関連するのではないか」と仮説を立てました。医療や介護の専門職は、患者の健康問題のみに目がいきがちですが、介護者自身の健康問題やそれに対するセルフメディケーションの実態を知ることは、介護者の支援を考える上で重要であると考えられます。

そこで本研究では、慢性の病気を介護する家族介護者に対して、介護者自身が医療や介護の専門職から受けたケアの経験、セルフメディケーションの実態、その関連性などを評価しました。

研究内容と成果

本研究では、茨城県内の3自治体に居住する、慢性疾患で自宅療養を行う患者の家族介護者を対象として、2020年11月から12月にかけて無記名の郵送アンケート調査を実施しました。

このアンケートでは、J-IEXPAC CAREGIVERS^{注2}という尺度を用いて、介護者自身が医療や介護の専門職から受けたケアの経験と、セルフメディケーションの実態を調査しました。介護者のセルフメディケーションについては、過去14日間にOTC医薬品^{注3}、サプリメント、健康食品などを使用したかどうかを尋ねました。

その結果、887名から回答があり、欠損データがあった対象者などを除いた750名のデータを解析しました。回答者の平均年齢は61.4歳、性別は女性が74.3%であり、家族介護者の過去2週間以内のセルフメディケーションの利用は、全体の34.4%という結果でした。また、年齢・性別・学歴・収入・介護者自身の主観的健康感といった要因の影響を取り除いた解析を行ったところ、J-IEXPAC CAREGIVERSの上昇（専門職から提供される支援、気遣い、助言といった患者や介護者へのケアをより良好と感じていること）は、介護者がセルフメディケーションを利用しないことと関連があるという結果でした。

今回の調査の結果から、家族介護者の1/3がセルフメディケーションを行っていることが分かりました。また、さまざまな専門職からより良いケアを受けていると評価している家族介護者は、セルフメディケーションを行わない傾向にあることが示唆されました。その背景として、家族介護者が患者のケアに関与する専門職と良い関係を築けていると感じられる場合には、介護者自身のことについても専門職に助言を求めたり、医療機関を受診しやすいのではないかと考えられました（図1）。

今後の展開

本研究は、家族介護者のセルフメディケーションの実態について報告した、世界的にも初めての研究であり、そこに患者のケアに当たる専門職との関わりが影響を与えていることを示唆する貴重な知見です。患者にケアを提供する専門職が家族介護者のことまで気にしなければいけないのか、という議論もありますが、少なくとも介護者の健康状態を意識し、セルフメディケーションを含めた健康行動について適切な助言を行うことは、医療・介護従事者の役割だと考えられます。

コロナ禍においては、セルフメディケーションの役割も大きくなっており、今後、介護者が適切なセルフメディケーションを行うために必要な支援について、検討する必要があります。

参考図

さまざまな専門職からのケアの経験	介護者自身のセルフメディケーションの利用
J-IEXPAC CAREGIVERSの点数 標準偏差分の上昇	0.8倍減少

図1 家族介護者におけるさまざまな専門職からのケアの経験に対する評価とセルフメディケーション利用との関連性

用語解説

注1) セルフメディケーション

「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義され、具体的には、市販薬などで自らの健康問題に対応することを指す。

注2) J-IEXPAC CAREGIVERS

IEXPAC CAREGIVERS は、慢性の病気を抱える人とその家族介護者に対して提供される専門職ケアのプロセスを家族介護者の視点で評価する尺度。本研究で用いた日本語版（J-IEXPAC CAREGIVERS）は、本研究グループの中山らが作成したものである。

注3) OTC（Over The Counter）医薬品

医師に処方してもらう医療用医薬品ではなく、薬局やドラッグストアなどで自分で選んで買える一般用医薬品と要指導医薬品のことで、一般的には市販薬とも呼ばれる。

研究資金

本研究は、科研費の一環として実施されました。

掲載論文

【題名】 Association between experience of interprofessional care and self-medication among family caregivers: A cross-sectional study

（家族介護者における多職種ケアの経験とセルフメディケーションの関連性）

【著者名】 Shoichi Masumoto, Gen Nakayama, Junji Haruta, Tetsuhiro Maeno

【掲載誌】 Research in Social and Administrative Pharmacy

【掲載日】 2023年1月10日（オンライン先行公開）

【DOI】 10.1016/j.sapharm.2023.01.005

問合わせ先

【研究に関すること】

舩本 祥一（ますもと しょういち）

筑波大学 医学医療系 講師

URL: <https://trios.tsukuba.ac.jp/researcher/0000004153>

【取材・報道に関すること】

筑波大学広報局

TEL: 029-853-2040

E-mail: kohositu@un.tsukuba.ac.jp