
一般演題

オートショック AED について

内山 慶太郎 (町田市民病院 看護部)

【背景】

2004年から一般市民でも使用可能になった自動体外式除細動器(以下「AED」)は、普及率世界トップクラスでありながら、その使用率は約5%と高くはない。日本で認可されている半自動(以下「セミオート」)のAEDは、電源を入れたら音声で誘導されるが、ショックボタンを押すときの精神的な負担が実働低下の一要因となっている。

アメリカでは約20年前から自動体外式除細動器(以下「オートショック AED」)が使用されている。日本でも満を持して、2014年に海外で販売されたオートショック AED が販売されることとなった。スポーツ場面では、心臓突然死が安静時の17倍まで高まる(日本循環器学会)を考えると、「スポーツでの心臓突然死ゼロ」目指していきたい。今回、これらを踏まえ、オートショック AED の特性と課題について報告していく。

【方法】

オートショック AED と従来のセミオート AED との違いを比較検討した。

販売元の日本ストライカー株式会社での説明会内容を実践での活用場面を想定し、その有効性を検討した。

【結果】

AED は胸部にパッド(以下「PAD」)を装着すると自動で心電図を解析してくれる。その後、除細動が必要か否かを判断される。セミオートとオートショック AED の違いは、以降の手順が異なる。除細動が必要と判断された場合、充電後にショックボタンを人の手で押さなければいけないのが、セミオートの AED である。一方、充電後も音声が出て、機械が自動でショックまでを実行するのがオートショック AED である。重量は約1.1kgと軽量・小型で持ち運びが安易である。そのため、救護の現場で即座に対象者のもとに持っていきける。操作は、電源ボタンを押して PAD を装着するのみであり、自動音声の指示に従うだけである。PAD 装着からショックまでの時間は同社のセミオート製品が約15秒で、オートショック AED が約21秒であった。自らの体動や、誰かが対象者に触れている場合には機械が反応し、ショックを直前まで回避できる。1回目の解析後は、胸骨圧迫の速さも110回/分でアシストしてくれる。

【考察】

装置の電源ボタンをいれて PAD を装着すればショックまで実行でき、操作性が容易であることがわかった。医療従事者から一般市民まで汎用性が高く、精神的な負担も軽減するのではないかと考える。PAD 装着からショックまでの時間に約6秒の差が生じており、セミオート AED に慣れている人にとっては、緊急時に時間的に待たされていると感じることもある。しかし、適切なサイクルでショックを実施できる確実性はある。今後、セミオートとオートショック AED の両製品が世の中に混在して設置されている可能性があり、それぞれの操作・安全性について幅広く周知していくことが求められる。

一般演題

大型野球イベントにおけるスポーツナース支援に関する実践報告

小林 磨巳永¹⁾, 安部 聡子²⁾³⁾

【目的】

コロナ禍での中規模野球大会開催時の健康スポーツナースの実践活動をもとに今後のスポーツ活動時の感染予防対策とその問題点について明らかにする。

【活動時期・対象者】

2021年4月～9月の12日間、南埼玉球連盟連合会主催の野球大会でスポーツナースとして参加した活動内容について、新型コロナウイルス感染症予防に焦点を当て2020年度に引き続き報告する。具体的な感染予防対策の支援内容は、①感染予防ガイドラインの確認・指導、②参加者の紙面による体調確認と参加直前の体温測定、③競技前・中・後の参加者の感染予防の順守状況、④環境整備である。本稿では前回検討した感染予防に関する問題点と改善策を基に、実践内容を報告し再検討する。

【実践内容】

本大会の参加者は、選手と審判他大会関係の総勢873名となり、観客を合わせると1,077名の大規模スポーツイベントであった。健康スポーツナースの役割として、救護活動に従事しながら以下の感染予防対策を実施した。①感染予防ガイドラインの確認では、新型コロナウイルス感染症の県内発生状況(市町村別)の確認作業をおこなった。②参加者の体調管理シートの確認では、本報告期間よりイベント参加直前の体温測定を開始した。気温上昇に伴い体温測定値が37.0度以上になったため、橈骨動脈上で再測定を行った。③競技前・中・後の参加者の感染予防の順守の強化および確認、④環境整備等では、各ベンチ内に消毒液、水道に石鹸・ペーパータオル等の設置を行ったが利用は少数であった。参加者は、これまで以上に感染予防に留意する一方、ワクチン接種に伴い感染への不安が細部で軽減した言動がみられたため再検討を行った。

【考察・まとめ】

新型コロナウイルス感染症発生後2年弱が経過し、ワクチン接種率が75%以上になった現在でも、感染予防対策下にある。スポーツ活動においては、国際競技大会を踏まえ、感染予防とスポーツ活動の両立を図ることが重要である。今回は、感染予防対策として参加直前の体温測定および環境整備について感染予防対策の徹底に努め指導や確認を行った。しかしながら、細かな部分でガイドライン通りにはいかない事例や感染拡大状況となり、スポーツ活動における感染予防では、イベントの規模や時期、環境、参加者及び競技特性に合わせた対応が前回と同様に必要であると言える。健康スポーツナースは参加者の安全と健康を守るために、競技特性と状況に合わせた感染予防策を遂行できるように今後も大会に関与する必要がある。健康スポーツナースは、新しい生活様式での地域スポーツ活動の実践のために感染予防対策の徹底とワクチン接種状況などに合わせた対応策を遂行していくことが有用である。

1) 東都大学幕張ヒューマンケア学部
2) 昭和大学保健医療学部看護学科
3) 昭和大学スポーツ運動科学研究所

一般演題

女子中学バスケットボール部に対する 遠隔栄養サポートの実践報告

安里 春菜¹⁾, 安部 聡子²⁾, 大木 麻衣²⁾

【目的】

ジュニア期は全身が急成長する時期であり、発育発達を考慮しながら、活動量に見合ったエネルギーを確保する必要がある。新型コロナウイルス感染症のパンデミックにより対面学習の機会が削減されている背景を踏まえ、SNSなどICTを活用した栄養サポートの検討とともに、ジュニア期から食(栄養)に関する自己管理能力獲得を目的に栄養サポートを実施した。

【活動時期・対象者】

対象はK県S中学の女子バスケットボール部31名(3年生14名、2年生10名、1年生7名)。活動期間は、2・3年生は2021年1月より、1年生は4月より現在に至るまで行っている。

【実践内容】

集団に向けた栄養サポートでは、LINEの学年別グループを作成し、栄養情報の発信やワークを行った。栄養情報の発信では、PDF資料やミニ動画、音声付きスライドなど複数の媒体を配信した。個人サポートでは、LINEの個人チャットを活用し、普段の食生活に対するアドバイスや大会・遠征時におけるリアルタイムでの食事指導を行った。また家庭での食事写真を撮影してもらい、エネルギー・栄養素に関する個別評価、フィードバックも行った。その他、対面による栄養講習会、紙面による食物摂取頻度調査(FFQg)・食に関するアンケート調査、体組成計を用いた身体計測、大会・遠征時の補品提供や保護者に向けた栄養情報の発信を行い、9月に中間評価としてWebによるアンケートを実施した。

【考察・まとめ】

中間評価では「試合で捕食を持参し食べるようになった」「遠征中にカルシウムを摂るため飲むヨーグルトを初めて買った」「買った商品の糖質やタンパク質などを気にするようになった」などの回答が得られ、栄養サポートによる食行動の変容や知識の獲得が期待された。また個人サポートにより、選手本人による継続的な体重管理や食事内容の見直しも見受けられ、選手への継続的かつ高頻度な遠隔栄養サポートが、より望ましい行動の実践に繋がった可能性が示唆された。一方でLINEを中心としたサポートでは文字によるやり取りに限定されるため、実際の選手の様子を把握することが難しい。また遠隔指導では対選手のやり取りが中心となる。保護者や監督など選手に関わる周囲との連携は、多面的なサポートを実践するうえで重要であり、スタッフ間の情報共有などが新たな課題と言える。今後は事後評価としてFFQgや身体測定を実施し、エネルギー摂取量や体格の変化を総合的に評価し、遠隔栄養サポートの有効性を検討する必要がある。

1) 昭和大学大学院保健医療学研究科研究生

2) 昭和大学大学院保健医療学研究科

一般演題

地域志向型健康づくりにおけるスポーツナースの活動

蒲原 真澄, 吉永 砂織, 鶴田 来美 (宮崎大学医学部看護学科)

【目的】

近年、健康づくりと地域の活性化を兼ね備えたマラソン大会が全国各地で開催されている。ランニングは、子どもから高齢者まで年齢や経験に関係なく楽しむことができるスポーツであるが、参加者の増加とともに、怪我や事故、運営上の予期せぬ事態が発生している。今回、健康スポーツナース等を含む救護班を形成し、自治体主催のマラソン大会の救護活動に参加した。この活動を基に、運動実践者に対する看護職が担う健康支援策について検討した。

【マラソン大会の概要】

第52回都農尾鈴マラソン大会(2020年2月11日開催)は、事前申し込み総数3,115名、当日受付者数2,964名、完走者数2,702名であった。種目と定員は、一般男女を対象としたハーフ1,400名、一般男女および高校生男女を対象とした10km 950名、一般男女、高校生男女、中学生男性を対象とした5km 700名、小学3年～6年生男女、中学生女子を対象とした3km 450名であった。

救護については、大会主催者が発着地点に救護所を1ヵ所設置し、消防士15名、看護師1名、保健師1名を配置していた。さらに、救護車3台が準備され、それぞれ保健師と消防士が乗車し、大会中のコースを巡回した。

【実践内容】

著者ら看護職による救護チーム(以下、救護救護チーム)は、健康スポーツナース4名、保健師1名、看護師2名、看護学科学生7名で形成し、ボランティアとして参加した。今回、救護チームが対応した事例は16名で、性別は男性12名、女性4名、年齢は10～80歳代であった。救護内容は、擦過傷8名、筋疲労4名、筋損傷、気分不良、発熱、ふらつき、鼻出血が各1名であった。健康スポーツナースは受傷後、その場における応急処置にとどまらず、大会終了後の創傷部位について、観察のポイントや受療のタイミングについて十分に説明を行った。

【考察・まとめ】

健康スポーツナースは、身体状況に対し専門的な視点で関わり適切な処置を行いながらも丁寧な声掛けを行い、受傷者が安心できる環境を作っていくことが必要と考える。加えて、傷害予防に努め、地域の運動実践者が継続した健康づくりに取り組むことができるよう、自治体と協働で支援体制を構築していくことが重要である。

一般演題

入院患者における運動習慣定着に関する影響要因の文献検討

菊地 真吾 (医療法人社団神奈川巨樹の会 みどり野リハビリテーション病院)

【目的】

適切な運動は、生活習慣病の再発予防・改善といった側面だけでなく、認知機能の改善・維持が期待できることが分かっている。入院中の患者に対して、退院後、運動習慣を獲得するための促進要因・阻害要因を明らかにし効果的な看護援助や支援について示唆を得ることを目的とした。

【方法】

2021年10月16日に医学中央雑誌 Web 版を用いて、キーワード「退院指導 AND 運動 OR 運動(物理学) OR 身体運動」で検索した。抽出した文献は「原著論文」に限定とし、退院後の運動習慣及び、退院後の運動習慣について示唆について記載があるものとした。全検索結果134件から12件を分析対象とした。

【結果】

退院後の調査をしている文献は10件であった。その内、運動習慣を定着するために個別性に応じた指導が運動習慣の定着を促進、及び示唆しているのは6件であった。その他入院中の患者指導において、個別性に併せた指導が運動習慣定着の示唆している内容が3件であった。阻害因子として確認できたのは、《自己効力感が低い》《運動する時間がない》《天候に左右される》《運動の動機つけの薄さ》《運動する仲間がいない》《不十分な退院指導》が確認された。

【考察】

患者の生活習慣を考慮し、個別性に併せた運動習慣への指導が運動の定着率に影響することが明らかになった。個別性を理解するためには健康状態だけでなく患者の価値観、趣味、住宅環境、家族関係といった個別因子や環境因子を含めた全体像の理解が必要である。ペンダーが開発したヘルスプロモーションモデルでは、ヘルスプロモーションへの関与する影響の一つの要素として「状況的影響」を挙げている。これは「選択肢」(選択肢の多さの知覚)、「要求特性」(周囲の状況)「美的側面」(楽しみ)の要素を挙げている。単に運動に関する知識の提供だけでなく、患者がどのような場面で運動ができるか、実現可能な運動方法を選択できるよう援助する必要があると考える。自己効力感が高い患者は行動の変容を促進するとあり、運動継続において定着率が高いと報告がある。自己効力感を持続的に高めるためには繰り返しのフィードバックが有効とされており、病棟看護師以外にも、継続した支援のために外来や地域社会の連携を活かしていくことが重要と考えられた。