

報告論文

成人期の女性がん患者に対する看護師が行うアピアランスケア ～外見に対する気持ちの変化へのアプローチ～

渡邊 美咲¹, 吉田 亜紀子^{2*}

要約：本研究では、看護師が成人期の女性がん患者にアピアランスケアを行う中で、外見に対する気持ちの変化へのアプローチをどのように行っているのかを明らかにすることを目的とした。A県のがん治療を行う総合病院に勤務し、外見の変化に対する苦痛を持つ成人期の女性がん患者の看護を行った経験のある看護師5名を対象とし、半構成的面接法によるデータ収集を行い、質的帰納的に分析した。

外見に対する気持ちの変化へのアプローチに焦点を当てたアピアランスケアとして7個の大カテゴリー、20個の中カテゴリー、67個の小カテゴリーが抽出された。看護師が、がん治療に伴う外見変化のある女性がん患者に対して行うアピアランスケアを行うにあたっては、対象の思いを引き出し、外見に対する認識をポジティブな方向に変え、その人らしい生活に向け背中を押し、外見変化に対する視野を広げることが重要であることが示唆された。

キーワード：女性がん患者、アピアランスケア、気持ちの変化へのアプローチ

I. はじめに

令和4年度の厚生労働省による主要死因別死亡数の第1位は悪性新生物である¹⁾。日本人の2人に1人ががんに罹患する近年、がん医療（放射線療法、化学療法、手術療法など）の進歩や通院治療環境の基盤整備は目覚ましく、全がんの5年生存率が上昇し、仕事をもちながら通院している患者が44.8万人存在する²⁾。がんは、身体に対して侵襲性の高い治療が積極的に行われるため、その結果、身体の変形・瘢痕・脱毛・皮膚や爪の障害・むくみなど比較的短期間な出現のものから、永続的なものまで、さまざまな外見変化が生じ、患者のQOLに悪影響を及ぼすことが報告されている³⁾。がん患者の社会参加において、外見などの

心理社会的要因における苦痛に対する取り組みが必要とされている。

野澤らによる753名のがん患者を対象とした調査によると、8割の患者が治療による髪の毛の脱毛、乳房切除、眉毛・睫毛の脱毛、爪割れ、二枚爪、むくみなどの外見変化を気にしていることが報告されている⁴⁾。こういった外見変化への看護として、アピアランスケアという支援がある。アピアランスケアとは、外見変化に起因するがん患者の苦痛を軽減し、その人らしい生活を送ることができるようになる支援のことである⁵⁾。がん患者は、外見が変化することで、以前とは異なる自身の姿に違和感を抱いてしまい、周囲との関係性に対して消極的になったり、患者の日常生活や、就

¹ 公益財団法人 高知県総合保健協会（令和2年度 専攻科地域看護学専攻修了生）

² 高知学園短期大学 看護学科 *Email: ayoshida@kochi-gu.ac.jp

労や周囲との交流などの社会的な活動にも影響を与える。特に女性にとって、外見変化による苦痛は、変化した部位そのものではなく、自分らしさや女性性の喪失といった自己イメージの変化に関連する心理的な苦痛であり、何より他人の存在を前提に初めて成り立つ相対的で社会的な苦痛であると言われている⁶⁾。

このように、容姿の変化による心理的負担は大きく、自尊心の低下や社会参加の減少、就労困難に繋がることを防ぐためには、外見変化に伴う患者の心理社会的な側面を踏まえたアピアランスケアの重要性が認識され、患者の個々人の状態やニーズに合わせたケアの提供が必要となる。患者の外見の悩みを理解したアピアランスケアは、医療者が備えておくべき支持療法の1つであると言われている⁷⁾ことから、アピアランスケアの需要は高く、専門的なケアが期待されている。

飯野らは、「がん治療を受ける患者への外見変化に対するケア」についてグループインタビューを行い、外見変化に対応した生活を送るためのセルフケア支援や、患者の意思に寄り添いその人らしい生活を支える外見ケアなどを明らかにしている⁸⁾。戻らない外見変化を受け止めていく気持ちの変化を予測することや、外見変化に対する患者の気持ちの見極めは、その人らしい生活を支えるケアにつながると述べている。外見の変化に伴った気持ちの変化へのケアを明らかにし、より個別的なその人らしさを大切にしたいケアを行っていくことが重要である。

そこで、看護師が成人期の女性がん患者にアピアランスケアを行う中で、気持ちの変化に対してどのようにアプローチを行っているのかを明らかにするため、本研究に取り組む。

II. 研究目的

本研究では、看護師が成人期の女性がん患者にアピアランスケアを行う中で、外見に対する気持ちの変化へのアプローチをどのように行っているのかを明らかにすることを目的とする。

III. 研究方法

1. 研究デザイン

本研究は、質的帰納的研究デザインを用いて行った。

2. 用語の定義

アピアランスケア：本研究では、がん患者の外見に関する諸問題に対し医学的・技術的・心理社会的支援を行い、苦痛を軽減するケア⁹⁾と定義する。

気持ちの変化へのアプローチ：本研究では、がん患者の治療に伴う外見変化への苦痛に対して、心情が前に向くように変わることを目指した関わりのこととする。

3. 対象者

A県の病院に勤務する実務経験4年以上で外見上の変化に対する苦痛を持つ成人期の女性がん患者の看護を行った経験のある看護師とした。

4. 調査期間

令和元年6月から8月にかけてデータ収集を行った。

5. 調査方法

先行研究をもとにインタビューガイドを作成し、それをもとにした半構成的面接法で研究対象者1人に対して約30分～1時間程度のインタビューを実施した。インタビューガイドは、成人女性がん患者の苦痛や外見へのこだわり、ニーズなどを重視し、気持ちの変化に向けた看護師のアプローチを尋ねる内容の構成とした。対象者の同意を得たうえで、ICレコーダーにインタビュー内容を録音するとともにメモを取り、インタビューを実施した。インタビューを行うにあたっては、プレテストを実施することによって、インタビューの能力を高めるよう努めた。

6. 分析方法

面接内容をICレコーダーに録音し、インタビュー終了後それをもとに逐語録を作成した。

テーマについて語られている部分を意味のまとまりごとに抜き出しコード化した。そして類似したコードに分類してカテゴリー化を行い、がん患者に対して看護師がどのようにアピアランスケアを行っているのかを、心理面へのアプローチに着目し質的に分析した。

7. 倫理的配慮

本研究は令和元年度高知学園短期大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号第24号，令和元年5月24日）。研究を行うにあたり対象者に、研究の目的及び方法，研究への参加の自由意志の尊重，協力中断の自由，個人情報保護及び匿名性の保証，研究結果の公表について文書と口頭で説明し，書面にて同意を得た。

IV. 結果

1. 対象者の概要

本研究は，A県内のがん治療を行う総合病院2施設に勤務する看護師5名（女性5名）を対象に行った。看護師としての実務経験は17～36年であり，平均経験年数は28.2年であった。

2. 分析結果

インタビューの録音データから作成した逐語録を繰り返し読み，語りの全体像の理解に努めた。語りの中から，看護師が成人期の女性がん患者にアピアランスケアを行う中での外見に対する気持ちの変化へのアプローチに関連する文脈をデータとして取り出した。データの意味を読み取り，コード化した。コードの類似性と相違性に着目し繰り返し検討を行い，共通の意味をもつものを集約し，その中心的意味を表す表題をつけ，カテゴリーを作成した。研究者2名の意見が一致するまで検討を行い，分析過程において常にデータに戻りながら分析を行うことで，信頼性と妥当性の確保に努めた。

分析の結果，成人期の女性がん患者に対する看護師が行う心理面へのアプローチに焦点を当てたアピアランスケアとして7個の大カテゴリー，20

個の中カテゴリー，67個の小カテゴリーが抽出された（表1）。以下大カテゴリーを【 】，中カテゴリーを〈 〉，小カテゴリーを《 》，対象者の語りを「 」として表記する。

1) 外見に対する気持ちを引き出し受け止める

【外見に対する気持ちを引き出し受け止める】

とは，治療に伴う外見変化や外見ケアに対して苦痛を感じている患者の外見に対する気持ちを聞き，患者の感情を把握するために看護師が行う関わりのことである。中カテゴリーとして〈外見変化に対する思いを聞き把握する〉〈外見ケアや日常生活について聞き把握する〉〈外見について話を聞き受け止める〉〈外見に対するネガティブな感情を受け止める〉〈外見に対するデリケートな話題に注意する〉〈他者からの声掛けによる患者のポジティブな感情を把握する〉の6個が抽出された。小カテゴリーとして《がんの治療に伴う外見変化について困っている事を聞く》《患者の生活を知るために大事にしている事・趣味を聞き出す》《外見ケアやセルフケアで出来ていること・頑張っている姿を受け止める》《ネガティブな発言をする患者の今の状況を認める言葉掛けをする》など17個が抽出された。

〈外見に対するネガティブな感情を受け止める〉

では，対象者は「大丈夫じゃなくなった時には言うように伝え，その時にはそういうネガティブな気持ちを吐き出すことも大事であり，それを受け止めるという保証の言葉かけをしていますね」と語っていた。患者は治療に伴う外見変化に対してネガティブな感情を抱くことがあるため，その気持ちを把握し受け止めることが求められる。そこで，看護師はネガティブな気持ちを吐き出してもらうために，その感情を受け止めると言葉掛けを行い，患者の外見変化に対するネガティブな感情を受け止めるための工夫を行っていた。

2) 外見変化に対する認識をポジティブな方向に変える関わり

【外見変化に対する認識をポジティブな方向に

表1 外見に対する気持ちの変化へのアプローチに焦点を当てたアピランスケア

大カテゴリー	中カテゴリー	小カテゴリー
外見に対する気持ちを引き出し受け止める	外見の変化に対する思いを聞き把握する	がんの治療に伴う外見の変化について困っている事を聞く
		がんの治療に伴う外見の変化について考えてもらい今後の変化に対するイメージを聞く
	外見ケアや日常生活について聞き把握する	ウィッグの準備や使用状況を聞く
		体調面以外の睡眠・食事・仕事などの日常生活状況を聞く
		患者の生活を知るために大事にしている事・趣味を聞き出す
		患者の返答でその日の出来事に気づくようにする
	外見について話を聞き受け止める	容姿のこだわりについて話を聞き受け止める
		外見ケアやセルフケアで出来ていること・頑張っている姿を受け止める
		不安な気持ちの中で治療やセルフケアに取り組んでいる事に対し尊敬していると言葉掛けをする
	外見に対するネガティブな感情を受け止める	ネガティブな気持ちを吐き出すことも大事であると伝えそれを受け止める
		日々の外見変化や良い方向に変わった事を気かけ外見ケアが出来なくても大丈夫だと伝える
		ネガティブな発言をする患者の今の状況を認める言葉掛けをする
	外見に対するデリケートな話題に注意する	デリケートな話題に注意して会話する
	他者からの声掛けによる患者のポジティブな感情を把握する	他者からの外見に対するポジティブな言葉掛けは良いこと
		他者からの外見に対する良い反応をもらおうと喜ぶ
		周りからの外見に対するポジティブフィードバックは気持ちが上がり勇気づけられる
		他者から外見に対する褒め言葉を言ってもらう事は大切
外見変化に対する認識をポジティブな方向に変える関わり	外見の変化を気にかける	ウィッグが似合っていると良い言葉を返す
		外見の変化に気づきそれに反応して声をかける
	外見の変化に対する気持ちが前向きになるような肯定的な言葉掛けをする	他の患者から声掛けなどの力も借り一緒にやっている
		副作用は期間限定であり対処方法もあることを伝え前向きな気持ちが生まれるようにする
		夫がウィッグと一緒に探している事を称賛する
		外見の変化に対し新たな価値・視点・生き方になるように、柔軟性が持てるような言葉掛けをする

患者らしい生活が送れるようにニーズに合わせ背中を押す	患者らしい生活を送ることが出来る支援をする	出来るだけ仕事を続け社会と繋がっておくと、患者のリラックス出来る空間をつくれる
		外見の変化が生活にどう影響するかを聞きニーズに合わせたケアを行う
		患者らしい日常生活とニーズにあったセルフケア支援を行う
		困りごとを聞きそれに対応した具体的なアドバイスをする
		抗がん剤のスケジュールをずらさないよう大きなイベントが重ならないようにする
		外見の状態が今より悪化しないようケアの方法を提案する
	外見変化へのニーズを聞き背中を押す	患者本人に治療後の外見変化に対するイメージをつけてもらう
		看護師は黒子の存在であり患者が自分らしく生きるためのアドバイスをし背中を押す
		外見の困りごとを相談するように言い、一緒に考えアドバイスをする
外見変化や治療に対して安心感や信頼をもつことが出来る関わり	外見変化や治療に対して安心感がもてる関わりをする	化学療法場で患部以外も見てもらえているという安心感がもてるよう関わる
		安心して美容師に外見の事を話しても大丈夫と伝える
		化学療法が始まる患者には外見ケアをする看護師がいることを伝える
		頑張らなくても良いことや弱音を吐いても良いことを伝える
		治療に来たときはウィッグを外しリラックスをして休めることを伝える
		治療に伴う外見の変化を持つがん患者の気持ちに寄り添う
		看護師と話す機会は次もあることを伝える
	サポート役となり信頼できる関わりをする	看護師はサポート役となり患者や家族に話を向ける
		雑談をすることから始める
		患者の気持ちをほぐすためのコミュニケーションをとる
		患者の表情を必ず確認する
	治療の場で安心できる空間・時間を作る	外見に対して相談出来る場所を作る
		1人ではなく相談出来る場所があると伝える
		外見の変化についてゆっくり話す時間を確保する
		治療場所で外見変化を他の人に見られないよう配慮する

外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わり	外見ケアに対し選択の幅を広げる関わりをする	ウィッグのこだわりがある患者にはウィッグを見せ説明する
		説明の後に患者好みのウィッグを装着してもらう
		髪の毛は生えてくると強調して伝える
		患者のニーズに沿っていろんな選択肢があるという情報提供を行う
	他患者の外見ケアの体験や取り組みを伝える	参考にしてもらうために他の患者の体験を話す
		参考にしてもらうために他の患者の対処方法を話す
		外見変化を伴う治療をしている患者はあなただけではないと言葉掛けをする
外見変化や治療について患者自身が選択できるような支援	外見に対するこだわりへの視点を広げる支援をする	こだわりの視点を変えられるよう援助する
		外見の変化は自分が気にするほど他人は気にならない事を伝える
	出来る範囲の外見ケアを患者が自己選択できるよう支援をする	外見ケアはストレスの無い程度に楽な方を患者に考えてもらう
		負担のないよう患者が出来る範囲のものを選んでもらう
	外見変化を伴う治療を患者が自己選択できるよう支援をする	長い治療・生活になるため患者が答えを見つけ出せるように支援する
		社会的背景も含め本人の意思を尊重した上で治療選択をする
患者の外見変化を専門職間で情報共有しチームで関わる	患者の外見変化を看護師間で情報共有する	外見の変化によって起こる仕事に対する困りごとを聞き出しスタッフ間で情報共有しチームで関わる
		外見に対するニーズを他の看護師が先に拾い上げ、相談対応の看護師に伝えたとスムーズに対応できる
		看護師同士で記録上や口頭で外見に関する情報交換をし看護師全員が関われるようにする
		受け持ちでなくても他の看護師が行う外見ケアを知るため常に意識して見ておく
	医師から患者に対し外見変化をフィードバックしてもらう	患者が喜んでいた事を医師にフィードバックをし、外見に対する言葉掛けをしてもらう
		良い意味での変化を医師に伝え、そこを言葉として返してもらう
		患者の外見の変化について医師から声を掛けてもらう

変える関わり】とは、治療に伴う外見変化に対して苦痛を感じている患者の外見に対する認識を肯定的な方向に変えていき、患者の気持ちが前向きになるように関わることである。中カテゴリーとして〈外見変化を気にかけ良い評価を行う〉〈外見変化に対する気持ちが前向きになるような肯定的な言葉掛けをする〉の2個が抽出された。小カテゴリーとして《ウィッグが似合っていると良い評価を返す》《外見変化に気づきそれに反応して声をかける》《副作用は期間限定であり対処方法もあることを伝え前向きな気持ちが生まれるようにする》《外見変化に対し新たな価値・視点・生き方になるように、柔軟性が持てるような言葉掛けをする》など6個が抽出された。

〈外見変化に対する気持ちが前向きになるような肯定的な言葉掛けをする〉では、対象者は「薬をやめると生えてくるため、永遠な副作用じゃないことや期間限定であること、対処方法もあることを、ネガティブな感情が生まれないようにアプローチはしています」と語っていた。治療に伴う外見変化に対して前向きな気持ちが生まれることは難しく、患者の外見に対して見方を変えることが求められる。そのため、看護師は患者に前向きな気持ちが生まれるように、肯定的な言葉掛けを行い、外見変化に対して柔軟性が持てる関わりなどをしていた。

3) 患者らしい生活が送れるようにニーズに合わせ背中を押す

【患者らしい生活が送れるようにニーズに合わせ背中を押す】とは、治療に伴い外見変化が起こる中で、患者らしい生活を送ることができるよう外見変化へのニーズを聞き外見ケアのアドバイスを行い、気持ちの後押しをすることである。中カテゴリーとして〈患者らしい生活を送ることが出来る支援をする〉〈外見変化へのニーズを聞き背中を押す〉の2個が抽出された。小カテゴリーとして《外見の変化が生活にどう影響するかを聞きニーズに合わせたケアを行う》《抗がん剤のスケジュールをずらさないよう大きなイベントが重な

らないようにする》《患者本人に治療後の外見変化に対するイメージをつけてもらう》《看護師は黒子の存在であり患者が自分らしく生きるためのアドバイスをし背中を押す》など9個が抽出された。

〈患者らしい生活を送ることが出来る支援をする〉では、対象者は「その人の生活がどうか、外観の変化がその人にどのように影響するかなど、そういうことを聞いた上でその人に必要なニーズに合わせたケアを行う」と語っていた。治療に伴う外見変化により、患者らしい日常生活を送ることに影響を及ぼすことがある。そこで、看護師は外見変化が生活にどのように影響するのかを把握し、ニーズに合わせたアドバイスや抗がん剤のスケジュールを大きなイベントと重ならないようにするなど、患者らしい生活を送ることができるように関わっていた。

4) 外見変化や治療に対して安心感や信頼をもつことが出来る関わり

【外見変化や治療に対して安心感や信頼をもつことが出来る関わり】とは、治療や治療に伴う外見変化に対して患者は苦痛や不安を抱えているため、看護師がサポート役となり信頼や安心感を与える関わりのことである。中カテゴリーとして〈外見変化や治療に対して安心感がもてる関わりをする〉〈サポート役となり信頼できる関わりをする〉〈治療の場で安心できる空間・時間を作る〉の3個が抽出された。小カテゴリーとして《化学療法で患部以外も見てもらえているという安心感がもてるよう関わる》《治療に来たときはウィッグを外しリラックスをして休めることを伝える》《看護師はサポート役となり患者や家族に話を向ける》《1人ではなく相談出来る場所があると伝える》など15個が抽出された。

〈外見変化や治療に対して安心感がもてる関わりをする〉では、対象者は「何か気になることがあったら、ちょっとしたことでなんでも良いから言うように伝える。苦情でも、頑張らなくていいから、ここで弱音はいいからねと伝える」

と語っていた。患者は治療に伴う外見変化に対して何らかの不安があり、外見変化を補うためにも外見ケアや治療を頑張らなくてはならないという意識になる場合がある。そこで、看護師は患者に外見変化や外見ケアまたは治療に対して安心感をもてるように、頑張らなくても良いことや弱音を吐いても良いことを伝え、治療に来た時はリラックスしてもらうなど患者の気持ちに寄り添うための工夫を行っていた。

5) 外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わり

【外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わり】とは、外見ケアや外見変化に対してこだわりがある患者に他患者の体験や取り組みを伝えるなどを行い、外見変化や外見ケアに対する視点や選択の幅を広げる関わりをすることである。中カテゴリーとして〈外見ケアに対し選択の幅を広げる関わりをする〉〈他患者の外見ケアの体験や取り組みを伝える〉〈外見に対するこだわりへの視点を広げる支援をする〉の3個が抽出された。小カテゴリーとして《患者のニーズに沿っていろいろな選択肢があるという情報提供を行う》《参考にしてもらうために他の患者の体験を話す》《参考にしてもらうために他の患者の対処方法を話す》《こだわりの視点を変えられるよう援助する》など9個が抽出された。

〈他患者の外見ケアの体験や取り組みを伝える〉では、対象者は「患者さんの個人情報を出さずに、こうやっていたという体験を患者さんに話をするようにしている。そしたら自分だけじゃないという思いにもなり、少しでも参考になったらいいなと思う」と語っていた。外見変化を伴う治療を行う患者にとって、外見変化が起こる事が初めての経験である場合は外見ケアや外見変化に対してまだ視野が広くもてない状態である。そのため、看護師は他患者の体験や対処方法を伝え、外見変化を伴う治療をしているのはあなただけではないと言葉掛けをし、患者の外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わりをしていた。

6) 外見ケアや治療について患者自身が選択できるような支援

【外見ケアや治療について患者自身が選択できるような支援】とは、外見変化を伴う治療や外見ケアについて患者に負担のないよう出来る範囲のものを選んでもらい、本人の意思を尊重した上で自己選択できるように支援をすることである。中カテゴリーとして〈出来る範囲の外見ケアを患者が自己選択できるよう支援をする〉〈外見変化を伴う治療を患者が自己選択できるよう支援をする〉の2個が抽出された。小カテゴリーとして《外見ケアはストレスの無い程度に楽な方を患者に考えてもらう》《負担のないよう患者が出来る範囲のものを選んでもらう》《長い治療・生活になるため患者が答えを見つけ出せるように支援する》《社会的背景も含め本人の意思を尊重した上で治療選択をする》の4個が抽出された。

〈出来る範囲の外見ケアを患者が自己選択できるように支援をする〉では、対象者は「色々な情報を伝えて、患者が出来る範囲のものを患者が選んでいたと思います」と語っていた。治療に伴う外見変化がある患者にとって、外見ケアを行う中で負担やストレスを抱えることは少なからずあるため、患者自身が負担やストレスを感じず出来る範囲の外見ケアを選択することが求められる。そこで、看護師は負担やストレスを把握し様々な情報提供を行った後で、出来る範囲の外見ケアを患者が自己選択できるような関わりをしていた。

7) 患者の外見変化を専門職間で情報共有しチームで関わる

【患者の外見変化を専門職間で情報共有しチームで関わる】とは、患者の治療に伴う外見変化を記録上または口頭で看護師同士や医師と看護師間で情報共有を行い、チームで患者に関わることである。中カテゴリーとして〈患者の外見変化を看護師間で情報共有する〉〈医師から患者に対し外見変化をフィードバックしてもらう〉の2個が抽出された。小カテゴリーとして《看護師同士で記録上や口頭で外見に関する情報交換をし看護師全

員が関われるようにする》《患者が喜んでいた事を医師にフィードバックをし、外見に対する言葉掛けをしてもらう》《良い意味での変化を医師に伝え、そこを言葉として返してもらう》《患者の外見変化について医師から声を掛けてもらう》など7個が抽出された。

〈医師から患者に対し外見変化をフィードバックしてもらう〉では、対象者は「先生から言ってもらえると本当に患者さんは喜ぶため、言ってあげてくださいよと先生に言う。そしたら患者さんも喜ぶため、それをまた先生に返す。また言ってあげてくださいねと、喜んでいたことを先生に伝えるなど、そういう小さな事が大事なんです」と語っていた。治療に伴う外見変化がある患者にとって、他者から外見変化や外見ケアを褒められる言葉は嬉しいと感じる。そのため、看護師は患者の良い意味での変化を医師に伝えるようにし、医師から患者に似合っているなどの言葉をかけるようにしてもらうなど、患者の外見変化を医師から患者にフィードバックするよう工夫を行い、チームで関わっていた。

V. 考察

1. 成人期の女性がん患者にアピアランスケアを行う中での心理面へのアプローチの特徴

1) 外見変化に対する認識をポジティブな方向に変える関わり

がん患者は治療に伴い副作用として脱毛や爪・皮膚障害などの症状が起こる。このような外見変化が患者の生活に及ぼす影響は大きく、外見変化に対してこだわりやネガティブな感情が生まれ、患者は大きな精神的ストレスを受ける。土橋¹⁰⁾らは、「長期生存が可能になった一方で、乳がん体験者には長期に抑うつや、不安といった心理的苦痛を抱えて生活するという新たな問題が生じている」と述べている。また、萩原¹¹⁾らは、乳がん患者のボディ・イメージの低下について「がんになってしまった自分、手術によるボディ・イメージの変容や身体機能の変化への直面、退院後の生活や仕事への影響を実感することにより、思うようにならない苛立ちや、自身の身体を維持・管理して

いくことができるのだろうかという不安と自己信頼感の低下によるものと考えられる」と述べている。このように心理的苦痛を抱えながら生活を送る人は少なくないことから、看護師は患者の精神的ストレスを緩和し、治療に伴う外見変化に対して前向きな気持ちが生まれるようにするために、患者の思い込みやネガティブな感情をポジティブな方向に変える関わりが必要であり、患者の自尊心を高める事にも繋がると考える。

対象者は、「この時はこんな風にしていい、こんな風に思わなくて良いことを伝え、新たな価値、患者の生き方や視点が変わるようにしています」や「薬をやめると生えてくるため、永遠な副作用じゃないことや期間限定であること、対処方法もあることを、ネガティブな感情が生まれないようにアプローチはしています」と語っていた。土井¹²⁾は、「考え方や思い込みを変えるだけで、気持ちが楽になり、社会に出て行きやすくなるなど、医療者が患者の認知に働きかける事は非常に重要な役割であり、販売員でなく医療者がかかわる意義はここにある」と述べている。患者の中には、ウィッグのつむじに対してこだわりがあり、他者からつむじが不自然に見られないかを気にしている患者もいた。そのような患者に対し、対象者はウィッグなどの外見ケアを行う中でネガティブな感情が生まれないようにするために、つむじにこだわらなくても良いことを伝えるなどのアプローチをしていた。また、対象者は、「つむじのことで旦那さんが一生懸命に応援してくれてすごいですね」と患者に伝え、夫がウィッグと一緒に探していることを高く評価していた。このことから、患者の外見に対して見方を変える関わりや、前向きな気持ちが生まれるような肯定的な言葉掛けをすることは外見変化に対する不安を緩和させるために必要であると考えられる。

また、野澤ら¹³⁾は、「医療者は患者が外見変化後に出会う最初の重要他者であるため、そのときの適切な反応が、患者のその後の治療生活に大きな影響を与える事になる」と述べている。対象者はウィッグが似合っていると良い評価を返すよう

にし、外見変化に気づきそれに反応して声をかけるようにしていた。看護師が外見変化に対する良い評価を返し、外見変化に対して反応することによって患者は治療や外見ケアに対するモチベーションを高め、治療意欲の向上や自信に繋がるのではないかと考える。

さらに、鈴木¹⁴⁾は、「より深い共感的支援や患者の自己洞察の促進、人生への新たな価値の創造の支援などを目的とした継続的なカウンセリングが必要」と述べている。外見変化がある限り継続的に患者の外見変化を気かけ、認識をポジティブな方向に変える関わりが必要であり、前向きになるよう良い評価や肯定的な言葉掛けなどの支援が重要であると考ええる。

2) 患者らしい生活が送れるようにニーズに合わせ背中を押す

医療は日々進歩し、外来化学療法の普及などにより社会生活を送りながら治療を継続するがん患者が増えている。しかし、外見変化があることにより、社会で生活のし辛さを感じている患者や、外見変化により今まで通りの生活が送れないことに不安を感じる患者は少なくない。野澤¹⁵⁾は、「外見の苦痛は、社会が消えると解消する痛み、社会や他者の存在を前提として成り立つ痛みである」と述べている。看護師は患者の社会的役割を果たしつつその人らしい生活を送ることができ、充実した日常生活に繋がるよう支援することが重要であると考ええる。

鈴木¹⁶⁾は「女性の働く職場が広がり、能力のある女性は男性と対等に仕事ができる機会が増え、結婚後も仕事と育児の両立ができる環境になった」と述べている。このような社会の変化により、治療に伴う外見変化に対してニーズに合わせたケアを必要としている患者も増えている。鈴木¹⁷⁾は「生殖年齢にあたる女性ががんに罹患したとき、人生そのものが閉ざされたように感じ、『女性としてこの先どう生きればよいのだろうか』とアイデンティティが揺らぎ、さまざまな危機に直面することだろう」と述べている。実際に、女性がん

患者の中には仕事が接客業のためお客さんに治療に伴う外見変化やウィッグだと気づかれたくないなどのニーズがあった。このような患者の生活上のニーズに対し対象者は、「その人の生活がどうか、外観の変化がその人にどのように影響するかなど、そういうことを聞いた上でその人に必要なニーズに合わせたケアを行う」、「実際どんな事が困りそうかを聞き、それに対応した具体的なアドバイスをする」と語っていた。先行研究では、外見変化が起こることで患者が困ることは何かを、相手の立場になり考えることが重要だと言われている¹⁸⁾。看護師は外見変化が患者の生活にどう影響するかを聞き、ニーズに合わせたケアの方法など具体的なアドバイスをすることは、患者の立場になり考えていることに繋がり、患者らしい生活を送るための支援であると考ええる。

対象者は、「看護師は黒子の存在」、「指導をするというよりは、患者が自分らしく生きる事ができるようになるためのアドバイスをし、背中を押す」と語っていた。看護師は患者に安心して治療に望み、その人らしく生活を送るための支援を行う中で、あくまでも患者が主人公であり、看護師は黒子の存在であることを基本とし、患者の背中を押すような関わりが重要であると考ええる。

3) 外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わり

がん患者の中には治療に伴う副作用により外見変化が起こるなかで、他者からの自身の外見変化に対する評価を気にしてしまう患者がいる。対象者は外見変化やこだわりに対して「気にならないから大丈夫と伝える」、「外来に行くときにウィッグをかぶっている人が分かったかと聞き、自分が気にするほど他人は気にならない事を伝える」との語りがあった。対象者は患者のこだわりや外見変化に対する思いを聞き、その患者の思いや言葉に共感するなどの支援をしていた。鈴木¹⁹⁾は、「患者のもつ罪悪感や理不尽な思い込みを払拭し、『乗り越えることができる体験ですよ』『人生を楽しんでいいですよ』という、ノンバーバル（非

言語的)なメッセージを送る」と述べている。がん患者の外見に対するこだわりへの視点を広げるためにも患者の気持ちに寄り添うように共感し、患者の思い込みを払拭することやノンバーバルなメッセージを送ることは重要であると考えた。

川野²⁰⁾は、「特別なテクニックや知識を必要とする患者は多くなく、大半の患者は基本的な知識や技術、患者がおちいりがちな思い込みを解く認知的な関わりを行うだけで不安が解消されることも多い」と述べている。対象者は、「いろんな選択肢があるという情報をまんべんなく伝える」、「起こるかもしれないことを患者に伝え、その時どのように対応しようと思っているのか、対応できるのかどうか、どういうことを今聞きたいのかを確認した上で、情報提供を行います」と語っていた。情報提供を行う際には、化学療法や放射線療法などの治療に伴う副作用が起こるメカニズムを考えた上でアセスメントを行い、外見ケアの基本を理解した上で行うことが大切だと考える。また、看護師が一方的に情報提供を行うのではなく、患者自身が外見変化をどのように受け止め、現在の対処方法として外見ケアはどのようにしているのか患者の意向や気持ちを確認してから、説明やアドバイスをすることも必要になると考える。長岡ら²¹⁾は、「外見ケアは、多様であり正解は1つではない。多様な選択肢の中から、患者が自分に合ったものを見つけ、『自分らしく、以前と同じような人間関係を築いていける』と感じられるよう支援していくことが重要である」と述べている。患者個々に起こる副作用の種類や程度は違うため、それぞれの患者に必要な外見ケアの情報を提供することで、外見ケアに対し選択の幅が広がり、患者にとってQOLの維持や外見変化の苦痛を最小限にすることに繋がると考えた。

さらに対象者は、「他の方の体験や方法を伝える」、「患者の個人情報を出さないように、他の患者の体験を話すようにしています」、「他にも治療をしている患者がいることや、あなただけではないという言葉掛けをする」と語っていた。鈴木²²⁾は、「アピアランスに関する情報には、エビデンス

が少ないか、あってもエビデンスレベルの低いものである」と述べている。まだエビデンスレベルが低い脱毛のカバーやヘアケア、スキンケアなどのアピアランスケアに対し、看護師は一般的な対処方法を伝えるだけでなく、他患者の体験や対処方法を伝えることで、患者は他の患者も行っているからと安心感が生まれ、自分だけではないという気持ちになり、外見ケアや外見変化の不安が解消され、モチベーションの維持に繋がるのではないかと考える。また、どうしたらよいのかを患者本人が自身で考えられる機会が作られることで、外見ケアを自ら行い、外見ケアの工夫を生活の中に取り入れることができる。これらは、社会生活の中で治療をする意欲の維持や自己効力感の獲得による前向きさにも繋がると考える。

2. 看護への示唆

本研究により、患者の外見変化や外見ケアに対する気持ちを引き出し、思いを受け止めることその他に、外見変化に対する不安を緩和させるために患者の思い込みやネガティブな感情をポジティブな方向に変える関わり、患者らしい生活が送れるように外見変化へのニーズに合わせて背中を押し、外見ケアや外見変化に対して視野を広げるために選択の幅を広げる関わりや他患者の外見ケアの体験や取り組みを伝え、外見に対する視点を広げるように関わっていることが示された。

また、女性がん患者が今までと同じような生活を続けながらも、自分らしさを保つためには、治療に伴う外見変化についてニーズに合わせた情報提供だけでなく、女性がん患者の思いに寄り添い、外見に対する認識をポジティブな方向に変え、視野を広げるための具体的なアドバイスを行うなど外見変化を伴う治療を受ける患者をサポートすることが必要かつ重要であることが示唆された。

これらの結果は、看護師がアピアランスケアを行うなかで治療に伴う外見変化に苦痛を感じる患者に対し、心理面へのアプローチを強化した関わりに繋がり、がん患者に質の高い看護を提供する上で有用であると考ええる。

VI. 結論

本研究の分析の結果、【外見に対する気持ちを引き出し受け止める】【外見変化に対する認識をポジティブな方向に変える関わり】【患者らしい生活が送れるようにニーズに合わせ背中を押す】【外見変化や治療に対して安心感や信頼を与える関わり】【外見ケアや外見変化に対して視野を広げる関わり】【外見変化や治療について患者自身が選択できるような支援】【患者の外見変化を専門職間で情報共有しチームで関わる】の7個の大カテゴリーが抽出された。

成人期の女性ががん患者に看護を行ったことのある看護師は、外見変化や外見ケアの思いについて話を聞き、患者の気持ちを受け止めることを行いながら、外見変化に対する認識が前向きになるような肯定的な言葉掛けを行うなどの認識をポジティブな方向に変える関わりを行っていた。また、患者のニーズに合わせた情報提供を行うだけでなく、患者自身が外見ケアや治療について選択できるように支援をし、外見ケアや外見変化に対して視野が広がるように関わっていた。そして、日頃から患者の外見変化を看護師間で情報共有し、医師から患者に対し外見変化を肯定的にフィードバックしてもらうように取り組んでいるなどの特徴が明らかとなった。

VII. 研究の限界と今後の課題

本研究では、看護師が成人期の女性ががん患者にアピアランスケアを行う中で、心理面へのアプローチをどのように行っているのかを明らかにした。しかし、1県2施設のみのデータ収集であったため結果に偏りが生じる可能性がある。また、対象者が5名と少人数であったことから、結論を一般化するのには限界があると考えられる。したがって今後は対象者の数を増やすことで、多くの看護師が成人期の女性ががん患者にアピアランスケアを行う中で、心理面へのアプローチをどのように行っているのかについて具体的な内容を明らかにすることができると思う。

謝辞

お忙しい中、本研究の目的をご理解頂き、快く研究にご協力頂きました5名の対象者の皆様、施設の皆様に深く感謝申し上げます。

利益相反

本研究において申告すべき利益相反事項は存在しない。

引用文献(References)

- 1) 一般財団法人 厚生労働統計協会：国民衛生の動向，2023/2024，70巻，P55
- 2) 厚生労働省 がん患者・経験者の治療と仕事の両立支援施策の現状について，https://ganjoho.jp/med_pro/liaison_council/lc01/20201105/pdf/20201105_01-01.pdf 2023/10/1
- 3) 野澤桂子：医療の場で求められるアピアランス支援，がん看護，2015，19巻5号，P489
- 4) 野澤桂子，藤間勝子：臨床で活かす がん患者のアピアランスケア，2017，第1版P4-5
- 5) 前掲書4)，P6
- 6) 野澤桂子：がん医療の場において、外見の悩みを軽減すること『医療者向け「アピアランスケアの手引き」が作成される時代』，市民のためのがん治療の会，http://www.com-info.org/medical.php?ima_20171024_nozawa，2019/04/17
- 7) 野澤桂子，飯野京子：患者の悩み・疑問に答えるアピアランスケア，がん看護，2018，23巻4号，P371
- 8) 飯野京子，嶋津多恵子，佐川美枝子他：がん治療を受ける患者への外見変化に対するケア：がん専門病院の看護師へのフォーカス・グループインタビューから，緩和医療12(3)，2016，P709-715
- 9) がん患者の外見支援に関するガイドラインの構に向けた研究班：がん患者に対するアピアランスケアの手引き2016年版，第2刷，P9
- 10) 土橋千咲，荒尾晴恵：乳がん体験者の自己への思いやりうつ病傾向の有無による比較，大

- 阪大学看護学雑誌, 2018, 24(1), P44
- 11) 萩原英子, 藤野文代, 二渡玉江: 乳がん患者のボディ・イメージの変容と感情状態の関連, 北関東医学, 2009, 59巻1号, P21
- 12) 土井久容: 患者の悩み・疑問に答えるアピアランスケア 髪の毛が抜けたときはどうしたらよいのでしょうか?, がん看護, 2018, 23巻4号, P383
- 13) 前掲書4), P8
- 14) 鈴木伸一: からだの病気のこころのケア チーム医療に活かす心理職の専門性, 北大路書房, 2016, P13
- 15) 前掲書4), P4
- 16) 鈴木久美: 女性性を支えるがん看護, 株式会社医学書院, 2015, 第1版第1刷, P4
- 17) 前掲書14), P7
- 18) 高田美香: 患者のその人らしさをサポートする! アピアランスケアの具体策, 消化器看護がん・化学療法・内視鏡, 2017, 22巻5号, P69
- 19) 前掲書4), P136
- 20) 川野友美: 企業や外部の美容専門家とのかかわり, がん看護, 2018, 23巻4号, P415
- 21) 長岡波子, 飯野京子: 患者の悩み・疑問に答えるアピアランスケア 抗がん剤で髪が抜けたら仕事に困るのですがどうしたらよいのでしょうか?, がん看護, 2018, 23巻4号, P378
- 22) 前掲書4), P140

受付日: 令和5年10月17日

受理日: 令和6年1月19日

Report

**Nurses' Care for Adult Female Cancer Patients' Appearance
～Approaches to changing feelings about appearance～**

Misaki WATANABE¹ and Akiko YOSHIDA^{2*}

Abstract: This study sought to determine how nurses approach changes in feelings about appearance while providing appearance care for adult female cancer patients. Using a semi-constructive interview method, data were collected from five nurses with at least four years of work experience working at a general hospital providing cancer treatment in A prefecture and who had experience in caring for adult female cancer patients distressed over changes in their appearance. The data were analyzed qualitatively and inductively.

Seven major categories, 20 medium categories, and 67 minor categories were identified as appearance care focused on the approach to changes in feelings about appearance. The results suggest that, when nurses provide appearance care to female cancer patients with appearance changes associated with cancer treatment, it is important to elicit the thoughts of the patient, change the perception of appearance in a positive direction, push the patient toward a more personalized life, and to broaden the patient's perspective on appearance changes.

Key Words: female cancer patients, appearance care, approach to change of feelings

¹ Kochi General Health Care Association

² Kochi Gakuen College, Department of Nursing, *Email:ayoshida@kochi-gu.ac.jp