

平成25年 2月

藤原尚子 学位論文審査要旨

主 査 吉 岡 伸 一
副主査 廣 岡 保 明
同 花 木 啓 一

主論文

大腸がん早期発見のための便観察習慣化に向けた行動変容支援プログラム

(著者：藤原尚子、平松喜美子、花木啓一)

平成25年 米子医学雑誌 掲載予定

学 位 論 文 要 旨

大腸がん早期発見のための便観察習慣化に向けた行動変容支援プログラム

日本における大腸がん死亡率は、食生活の欧米化などにもともない、著しく増加している。しかしながら、国民生活基礎調査によると、大腸がん検診の受診率は、男女ともに20%台と低く、早期発見につながっていないのが現状である。

血便や下痢・便秘などの便通異常は大腸がんの徴候であるが、知識や関心が低ければ受診行動には繋がらない。大腸がんの知識が増え、身体への意識が高まり、便を観察することが習慣化されていれば、徴候が出現したときに早期に異常に気づくことができると考えられる。そこで今回、便観察の習慣化を目的とした『行動変容支援プログラム』を作成し、便観察行動と保健行動を評価指標とした無作為化比較研究を実施し、その有用性を検討した。

方 法

2010年6月29日～2010年12月31日までの間に、研究への同意が得られた40歳～65歳の非医療従事者で、消化器疾患をもたない40名を対象とした。対象を無作為に介入群20名と対照群20名の2群に分けた。介入群には、便観察の習慣化を目的とする行動強化法を取り入れた行動変容支援プログラム（3ヶ月間）を実施し、対照群には普段通りの生活を送るように指示した。介入の内容は、a)研究者による便観察の意義についての詳細な解説、b)便観察票の便見本を参考に毎回の排便時に便性状を記載させる、c)排便記録用の貼付シールを渡す、d)介入開始1ヶ月後、2ヶ月後に対象者を訪問して賞賛と励ましを行う、e)介入開始1.5ヶ月後の便潜血検査の実施と結果呈示、である。便観察では、便色のイラスト画、便形状のイラスト画、におい、より構成されている便観察票を用いて記録させた。

介入群および対照群について、便観察日数と行動評価を行った。a) 便観察日数は、介入期間（対照群では1回目と2回目の評価の間）に、排便の有無と便性状を排便記録表に記録するよう指示し、この期間内に便を観察した日数を、便観察日数とした。b) 行動評価は、排便行動に特化した指標、「便観察の自信」、「便観察の意欲」、「排便の感覚」、「大腸がんへの信念」により評価し、また、Health Locus of Control尺度により保健行動を評価した。そして、介入群と対照群において、各評価時点の解析、便観察日数、排便行動評価および保健行動評価を比較検討した。

結 果

行動評価の「便観察の意欲」指標は、対照群(17.5 ± 4.2)より介入群 (21.2 ± 4.2) で有意に高値であった。指標の平均値は、介入群での変化は少なく、対照群で低下傾向であった。介入群において、便観察日数を従属変数、「便観察の自信」、「便観察の意欲」、「排便の感覚」、「大腸がんへの信念」を説明変数とした重回帰分析を行ったところ、介入終了1ヶ月後の「便観察の自信」指標 ($\beta = 0.7$) が便観察日数に有意に関連していた。

考 察

「便観察の意欲」は、対照群では低下傾向であったが介入群では保たれていた。また、便観察日数は、「便観察の自信」と関連していた。介入により、自己の成功体験、行動遂行の達成感、情動的喚起、人から励まされるなどの言語的説得が促進されて、便観察継続への自信、自尊感情、ポジティブな行動姿勢が高まり、意欲につながった可能性が考えられた。

今回の行動変容支援プログラムでは、期間を区切って便観察するという目標の明確化に加えて、便観察時のシール、研究者の訪問と賞賛、メディカルチェックの実施、という好子強化子を設定したことにより、ドロップアウトを防ぎ、達成感を高めた可能性がある。行動変容支援プログラムでは、対象者の便観察習慣化に向けて、“続けられる”や“頑張りたい”という自信や意欲を支援することが重要と考えられた。

結 論

行動変容支援プログラムによる介入により、「便観察の意欲」が維持されることが示された。大腸がん早期発見のための便観察習慣化に向けて、自信や意欲を高める行動変容支援プログラムが必要であることが示唆された。