

原 著

新潟中越地震から学ぶ、災害が及ぼした糖尿病患者への影響 —患者アンケート調査を通して—

長岡中央総合病院、内科外来；看護師

丸山 順子、岩瀬 紅美、渡辺 直美、遠藤 春美、本田 浩美、桑原佐枝子

目的：2004年10月23日新潟県中越地震が発生し、多くの糖尿病患者が何らかの被害をうけ避難を余儀なくされた。しかし患者の避難先や健康状態などを直ぐに把握することはできず、情報を得る手段も確立されていない状態であった。またこの災害によりコントロール状態にも少なからず影響を与えたと推測される。そのような中で、糖尿病患者がとった行動、心理変化によるコントロールへの影響を検証し、震災時の糖尿病患者への援助、今後の糖尿病指導について考える。

方法：当院の糖尿病外来通院患者を対象にアンケート調査を行い、新潟県中越地震と糖尿病患者の生活の関係を知るとともに、患者の受けた被害状況、災害による自己管理行動への意識や実施における変化、糖尿病コントロールの変化、行動、心理的变化など震災によりどのような影響を受けたかを明らかにする。

成績：災害によりライフラインが寸断されたことで食生活は変化し、復旧の遅れが自己管理行動を阻む一因となっていた。ストレスからくる身体的、心理的影響も大きくコントロール状態に影響を与えた。また食事量・時間の予定が立たない、薬や血糖自己測定器を持ち出せなかったなどの様々な問題が生じ自己管理行動に困難を要した患者も多く、災害時における患者指導が不十分であることがわかった。さらに災害時における糖尿病患者への診療支援が整っておらず早急に検討すべき課題が明らかとなった。

結論：今後も起こりうる予期せぬ災害に対し、日頃の療養指導の中に災害時の対応についての指導を取り入れ、患者が対応できるようにしてゆく必要がある。

キーワード：震災、糖尿病看護、災害看護

緒 言

2004年10月23日新潟県中越地震が発生し、多くの糖尿病患者が人的、物的な被害を受け、一時的あるいは長期的に避難を余儀なくされた。食事療法など生活上での療養が治療の基本となる糖尿病患者は、この災害により糖尿病の療養生活を変化させ、コントロール状態にも少なからず影響を与えたと推測される。今回、震災と糖尿病患者の生活の関係を知るとともに、患者

の受けた被害状況、災害による自己管理行動への意識や実施における変化、心理的变化など震災によりどのような影響を受けたかを明らかにし、危機に陥った際の治療への取り組みを含めた今後の糖尿病指導を考える手がかりとしたい。

対 象 と 方 法

調査方法：自己記入式による質問紙を用いての調査
本研究は、この研究者以外の者がデータをを用いることはなく、研究終了後に破棄することとする。また研究対象者のプライバシー、個人情報保証される。研究対象者は本研究に同意したあとでも、研究から辞退・情報の提供を拒絶できる。

対象：震災前より当院糖尿病外来に通院中の糖尿病患者。アンケート記入が可能であり調査の協力が得られた患者

調査期間：2005年3月～5月

結 果

アンケート回収人数は578人（男性312人・女性266人）（図1）地震発生時の居場所は自宅と回答した人が最も多く、地震発生が土曜の夕方であったためと思われる。このため多くの人が家族一緒に避難できたことは幸いであった（図2）避難所に避難した人で困った事の質問には、トイレ・入浴・洗濯などが出来ず不自由という回答が多く、中にはプライバシーがない、他人に糖尿病であることが知られてしまうと回答した人もあり、血糖自己測定やインスリン注射の施行場所にも困難を要したことが推測された（図3）体調面では運動不足が一番多く、その他に高血糖、便秘、腰痛、血圧上昇、肩こりなど様々な不調を訴えている。一方、避難所には行かなかった方の中に、家屋倒壊の不安から家の中で眠ることができずに屋外で過ごしたり、車中に寝泊まりした方も多くエコノミークラス症候群の心配をした方もいた（図4）心理面では余震の恐怖を訴えた人が多く、不眠、不安なども含めほとんどの人が余震の恐怖に怯えていることがわかる。次第に気持ちの落ち込みやストレスから食事摂取量が不安定となり低血糖を起こす患者もいた（図5）しかし、体調面や心理面で実際に診察を受けたり、相談に乗ってもらった人は少なく、避難所の保健師や看護師に相談し

た人は極わずかで、自分の主治医に相談した人が大半であり、やはりよく知っている人に会うまで困った事がありながらも相談できずに悩みを抱えていた人が多かったことが伺える(図6)食事面では、食事内容や食事時間が普段と違う、調理が出来ない、野菜不足になったという答えが多くを占めた。また地震発生直後には食べるものもなく薬を休むことで高血糖になった、さらに食事量・時間とも予定がたたないで薬をどうしたらよいか判断できない、薬や血糖測定器など持ち出すことができなかった等、多くの患者が適切な食事・運動・薬物療法が行えず、様々な問題が生じたことが明らかとなった(図7)アンケート回答者からいただいた意見・要望をまとめると、医療者へは糖尿病患者への災害時の対処法について指導してほしい、災害時のみではなく、緊急時の準備・知識について時々チェックしてほしい、医療機関がきちんと機能しているかといった情報提供、避難所への往診体制などの要望が上がった。また患者自身も災害の経験から普段から災害時の対応について考え、備えが必要という意見をあげていた(図8・9)

考 察

震災後の糖尿病の自己管理についてみるとライフラインの停止により今まで行っていた糖尿病治療が行える状況ではなくなり、特に食事療法に関しては大きく影響を与えたと言える。食料の調達が難しかったり、配給で何とか食料を確保していた人たちにとってはカロリー制限を考えたりバランスを考えた食事をとるといった食事療法を実施するのは困難な状況であったと考えられる。さらに水道・ガスの復旧は長引くほど調理することができず食事療法の実行を遅らせた要因といえる。また家屋の倒壊で避難をしなければならなかったり、足の踏み場もなく散乱した家具などの後片付け、何度も繰り返される余震の中で家族の安全を守るなど日々の生活を送ることが精一杯であったと推察される。

一方、ストレスは糖尿病の悪化因子の一つであるが、度重なる余震の恐怖に怯え、それが長期にわたることで落ち着いた生活ができない苛立ちや今後の不安、何より予期しなかった地震そのものが大きなストレスとなったと思われる。災害後には被災者の20~30%が茫然自失、無力感、感情の爆発、感情の欠落など、何らかの精神反応をしめし、長期間持続すると言われている。日々の糖尿病治療が重要となる糖尿病患者にとって今回の災害は治療に向かう意欲さえ失わせてしまう一因にもなり、また糖尿病どころではなかったという患者の言葉からも糖尿病の治療よりも、何とか生きてゆくことを最優先せざるを得ない状況であったことが浮き彫りとなった。しかし糖尿病は自己管理により予後を大きく左右する。いまだ地震をきっかけとした糖尿病の悪化のために入院が必要となる患者もいる。今回のような予期せぬ出来事にも対応して行けるよう指導してゆくことが大切である。アンケート回答者の意見からも、災害時における患者指導が不十分であったことがわかり、今後も起こりうる災害に対

し、日頃の療養指導の中に災害時の対応についての指導を取り入れてゆく必要性を痛感すると共に、今回の患者や医療者の体験を風化させることなく今後の療養指導に活かすにつなげてゆくことが必要と考える。

参 考 文 献

1. 都築朝子、遠藤圭子、梶山紀子他。「看護の視点からみた災害時医療に必要なもの阪神・淡路大震災の経験から」。看護展望1995；20：1202.
2. 鈴木八重子。「災害看護の構築にむけて数回の大地震から学んだもの」。看護展望 1995；20：1223.
3. 古賀正史他。「阪神大震災による外来通院糖尿病患者の血糖コントロール状況への影響とその悪化因子」。糖尿病1999；42(1)：29-33.

英 文 抄 録

Original Article

Study of diabetic patients suffering the Mid Niigata Prefecture Earthquake in 2004 by a questionnaire survey

Nagaoka Central General Hospital, Internal Medicine, Outpatient clinic ; Nurse

Junko Maruyama, Kumi Iwase, Naomi Watanabe, Harumi Endo, Hiromi Honda, Saeko Kuwabara

Objective : Many diabetic patients were forced to refuge after suffering the Mid Niigata Prefecture Earthquake in 2004 and we, however, could not get any information about the influence of this disaster. We performed a questionnaire survey to investigate the disaster's influence against diabetic patients and reviewed our nursing supports in this study.

Study design : We performed the questionnaire survey for diabetic outpatients suffering the Mid Niigata Prefecture Earthquake to confirm its influence and the changes of self-administrating action and psychic state by a disaster.

Results : Because of a delayed lifeline reconstruction their eating habits changed and their self-administrating actions were blocked. The stress followed psychological influence, which affected a control of diabetic state greatly. In addition, a lot of patients could not take medicine and the blood-sugar self-measuring-instrument, which made their self-administration difficult. Furthermore, we found that the disaster nursing supports should be established immediately.

Conclusion : For the unexpected disaster we should build up the nursing correspondence against a disaster through routine medical intervention.

Key Words : the Mid Niigata Prefecture Earthquake in 2004, diabetes mellitus, nursing, disaster nursing

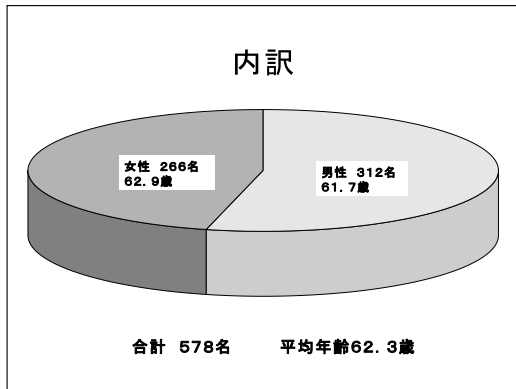


図 1

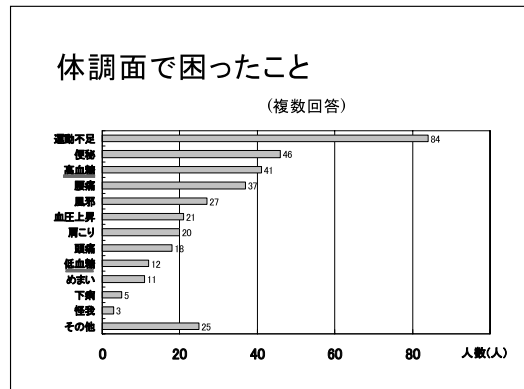


図 4

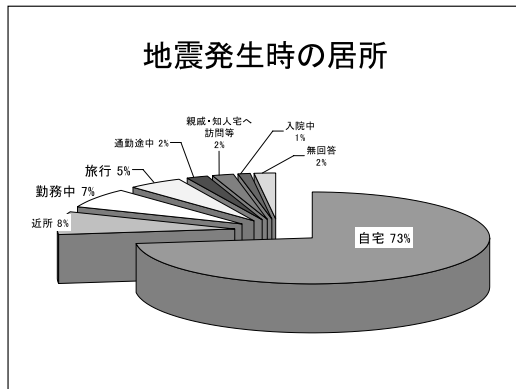


図 2

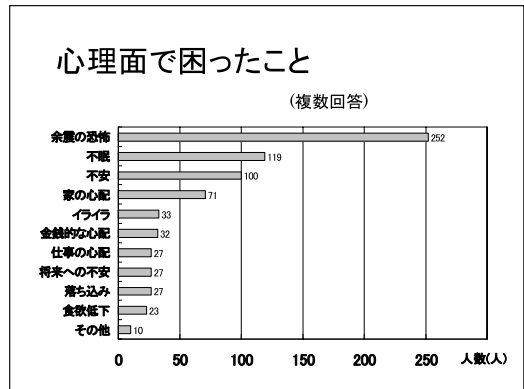


図 5

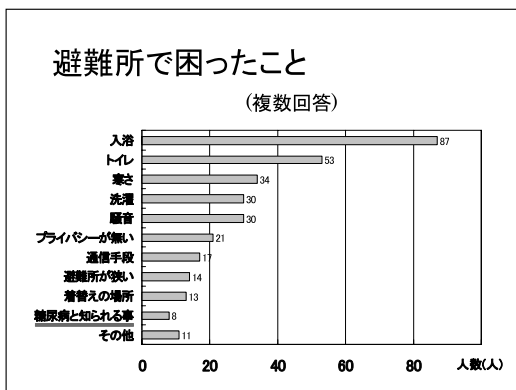


図 3

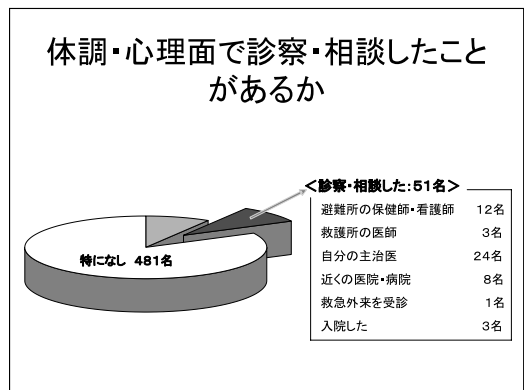


図 6

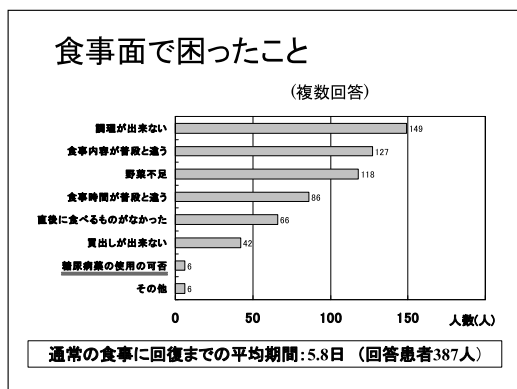


図 7

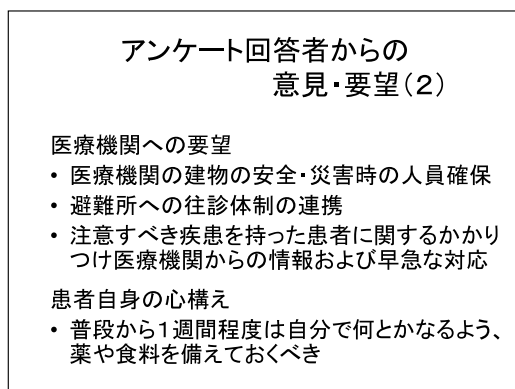


図 9

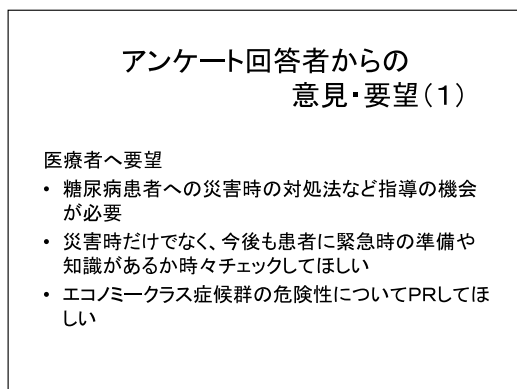


図 8