

氏名	大森 陽子
学位の種類	修士(看護学)
学位記番号	修士 第 201 号
学位授与年月日	平成 28 年 3 月 10 日
学位論文題目	出産経験がある女性の骨盤底筋体操に対する体外式 トレーナーを用いたバイオフィードバックの効果

## 論文内容要旨

※整理番号	206	(ふりがな) 氏名	おおもり ようこ 大森 陽子
修士論文題目	出産経験がある女性の骨盤底筋体操に対する 体外式トレーナーを用いたバイオフィードバックの効果		
<p><b>【研究目的】</b> 出産経験がある女性に対する、骨盤底筋体操においてPFMトレーナー（F社製、以下トレーナー）を併用したバイオフィードバックの効果を明らかにする。研究の仮説は次の2つとした。仮説1：トレーナーによるバイオフィードバックを併用した骨盤底筋体操には、最大収縮力および最大持続時間が上昇する。仮説2：トレーナーによるバイオフィードバックを併用した指導は、口頭による指導より効果が高い。</p> <p><b>【方法】</b> 研究参加の同意を得た65名の女性は、バイオフィードバック群（以下BF群）と口頭群の2群に無作為に振り分けられた。BF群1名が測定途中で参加を辞退しBF群34名、口頭群は30名が分析対象となった。自記式質問用紙及びICIQ-SFの記載を依頼した。トレーナーを用いた事前測定（最大収縮力,最大持続時間）後に、リーフレットを用いて骨盤底筋体操の指導を行った。次に口頭群は事前測定と同様に測定し、BF群はバイオフィードバックを実施し測定した。</p> <p><b>【結果】</b> 1. BF群における、介入前最大収縮力の中央値（単位；Kg/f、四分位範囲）は0.8(0.4-1.2)で、介入後1.2(0.6-1.7)は有意に上昇した(<math>p=.004</math>)。介入前最大持続時間の中央値（単位 秒；四分位範囲）は1.9(0.5-3.1)、介入後2.7(1.6-4.)で有意に上昇し(<math>p=.04</math>)、トレーナーを用いたバイオフィードバックは、最大収縮力、最大持続時間が上昇した。</p> <p>2. 介入前後の最大収縮力の変化量は、BF群0.2(-0.01-0.7)、口頭群0.2(-0.06-0.9)で両群間に有意な差を認めなかった(<math>p=.73</math>)。最大持続時間の変化量はBF群0.5(-0.5-2.1)、口頭群0.8(-0.04-1.7)で共に上昇したが、両群間に有意な差を認めなかった(<math>p=.62</math>)。最大収縮力、最大持続時間は両群共に有意に上昇したが差は認められなかった。介入前に骨盤底筋群の随意収縮困難な者はBF群8名、口頭群10名で、介入後に随意収縮が可能になった者はBF群8名、口頭群6名で、共に収縮できる者の割合は増加したが、有意な差は認めなかった(<math>p&lt;.09</math>)。</p> <p><b>【考察】</b> 先行研究で、骨盤底筋体操にバイオフィードバックを併用する事の効果は報告されているが、効果出現には数か月を要している。本研究では約30分の介入で効果があり、これは骨盤底筋群の収縮状況や数値がモニターに示される事による、収縮方法の習得や収縮力の上昇で「見える効果」であったと考える。骨盤底筋体操では、骨盤底筋群の位置や収縮方法を対象者自身が理解する必要があるが、本研究では両群にトレーナーを用い測定した事でセンサー部分が骨盤底筋群の位置にほぼ一致しており、ある程度位置を「イメージできた効果」であったと考える。さらに測定を重ねる事でトレーナーの経験値として数値が上昇したという交絡は否定できない。先行研究では、体内への器具の挿入等によりバイオフィードバックが検討されてきたが心理的・身体的等の課題があった。トレーナーによるバイオフィードバックは、着衣のまま実施できる簡便な方法で、特に随意収縮困難な者をその場でスクリーニングが可能であった。非侵襲的な対外式バイオフィードバックを併用した指導の効果を数値化した研究は初めてで、看護での予防介入に役立つことが示唆された。</p> <p><b>【総括】</b> トレーナーを併用したバイオフィードバックは効果があり、口頭による指導でも効果があった。医療者にとってもその場で介入方法が検討でき、統一した指導が行える事が示唆された。今後骨盤底弛緩の予防を含めたSUIに対する、看護師による予防介入を行う必要がある。</p>			

- (備考) 1. 研究の目的・方法・結果・考察・総括の順に記載すること。(1200字程度)  
2. ※印の欄には記入しないこと。