淑大看栄紀要 J.S.N.N.ShukutokuU Vol.12, P43-52, 2020

研究報告

熱布バックケアがもたらす効果
－ケア中の言動とインタビューによる語りから－

山田悦子　　茂野香おる
淑徳大学看護栄養学部

Effects of a hot towel on back care
: Analysis of the words and actions in care and the narratives given in interviews

Etsuko Yamada, Kaoru Shigeno
School of Nursing and Nutrition, Shukutoku University

抄録
【目的】熱布バックケアを受けた人の主観的反応から、熱布バックケアがもたらす効果を明らかにすることである。
【方法】70歳代前半から80歳代後半の一般女性10名に対し熱布バックケアを行った。ケア中ビデオカメラ撮影を行い、言葉や表情など言動を詳細に観察することで微細な変化を捉えた。ケア後にインタビューを行い、語られた内容をカテゴリー化した。
【結果】ケア中の言動として、「気持ちいい」という発語がきかれたこと、さらに眠気を訴えるか実際に眠ったことが共通していた。インタビューからは、ケアを受けて感じた快の感覚として123コード、46サブカテゴリー、14カテゴリー、さらに、5コアカテゴリー【心身に快さを感じた】【芯まで温かさが伝わり、持続した】【お風呂に入った気分になれた】【人とのつながりを感じられた】【熱布バックケアへの期待感を抱いた】を生成した。
【結論】熱布バックケアは心地よい温かさを持続させることができ、安楽をもたらす様々な効果をもつケアであることが明らかとなった。また、お風呂に入った気分を味わえるという効果が得られた点からは、生活習慣の維持という側面からも安楽をもたらすことができるケアであると考えられた。

キーワード：熱布、バックケア、ケアの効果
Key Words: hot towel, back care, effects of care

Ⅰ．はじめに

近年の臨床現場では、医療の高度化、在院日数の短縮化、看護師不足など社会状況により、ケアは簡略化される傾向にある。その象徴として、従来の温湯と綿タオルを用いた全身清拭が姿を消しつつある。手技の省略、改変がされ清拭そのものが業務的で作業と化す傾向もみられている（川嶋，2017）。人件費削減の目的や、セレウス菌に感染した患者の死亡事件（朝日新聞，2006；朝日新聞，2013）を契機として、清拭で心地よさを得るために不可欠な綿タオルが排除される傾向にある。その代替として使い捨ての不織布タオル（おしぼりタオル）が普及しているが、薄く冷めやすいことから、全身を隈なくかつケアの最後まで温かみを持続させた清拭を行うことはできず、「寒くなるから体は拭かなくていい」と清拭を拒否する患者も多い。

温湯と綿タオルで提供できる看護技術に、熱布バックケアがある。熱布（熱い綿タオル）を患者の背部にしばらくあてると、安らかな表情とともに「ああ気持ちいい」「生き返ったみたい」という反応がみられる。熱布バックケアは、清潔を目的とした意味もあるが、温熱刺激によって血行の促進から呼吸機能、消化機能を促進し、術後合併症の予防にも効果がある（川島，1974）とされている。この快の感覚をもたらすケアを、川嶋（2012）は、「看護師の手と温かいタオルだけで自然治癒力に働きかけることができる」と述べている。「寒くなるから体は拭かなくていい」という患者の反応からは、その人の習慣に近づけ、気持ちよさを体感し自然治癒力に働きかけることはおろか、看護の責任である身体の清潔保持という目的さえ果たすことができないと考えられる。

術後１週間継続して腰背部温罨法ケアを実施した場合の温罨法ケアの影響を検討した縄（2006）の研究では、蒸しタオルの温熱・湿熱の刺激は《温熱効果》と《リラクセーション効果》をもたらし、《爽快感》と《症状緩和》を生じさせ、その結果《意欲・自己効力感》を引き出し、《生活行動の拡大》をもたらしていることが明らかとなっている。そしてバックケアは、「短時間で容易に実施でき、人員不足や使用可能物品の限られた臨床現場において導入しやすい」（川村・和智・永見，2012）と言われている。熱布バックケアがもたらす影響は先行文献より明らかとなっている部分もあり、経験的にその効果は明確ではある。しかし、ケアの受け手の反応を詳細に観察して得られた主観的反応から、熱布バックケアがもたらす影響を検討した研究は存在しない。

本研究の目的は、熱布バックケアを受けた人の感じ方に焦点をあてた主観的情報から、熱布バックケアの効果を明らかにすることである。本研究では、熱布バックケアを「熱い湯で絞った綿タオルを背部にあて、バスタオルで覆い温めるケア」とした。

Ⅱ．対象と方法

１．研究デザイン

介入研究により、熱布バックケアを受けることで感じる感覚（主観的指標）を質的記述的に分析した。

２．研究対象者・調査期間

日常生活に支障がない、老年期の地域住民とした。対象条件として、①入院経験の有無は問わないが、熱布バックケアを受けた経験がない方、②現在医師に入浴を制限されていない方、③温熱刺激による皮膚症状（温熱蕁麻疹・寒冷蕁麻疹等）を起こした経験がない方、④熱布貼付範囲に皮膚トラブルが現在みられない方、とした。データ収集は平成30年３月～平成30年４月に行った。

３．熱布バックケア実施方法

看護学テキストおよび先行研究を参考に確立されたケア手順に準じ、安全性の確保された方法で熱布バックケア手順を作成した。75℃の湯で絞ったフェイスタオル（サイズ：80×34cm）２枚を２つ折りにし、側臥位にて背部に貼付した。上からビニールで覆い、さらに上から乾いた２つ折りのバスタオルで覆った。その後、皮膚に密着させるために熱布の上から背部を擦り、仰臥位に戻り10分間貼付、そして熱布を外し安静時間20分間を過ごすという流れをとった。

４．データ収集方法

１）熱布バックケア中の言動

熱布を背部にあてる直前から、10分間の貼付、20分間の安静時間終了まで連続してビデオカメラでの撮影を行った。ビデオカメラは、研究協力者の表情が映る高さ・距離に定点設置した。撮影の同意が得られなかった場合は、フィールドノートとICレコーダーによりデータ収集を行った。研究協力者から発せられる言葉だけでなく、表情、口調、声色、しぐさなど微細な変化を捉えた。

２）半構成的インタビューによる語り

熱布バックケア終了後、半構成的インタビュー法にて１対１で、10分程度の面接を行った。インタビュー内容はICレコーダーで録音を行った。初めに「背中を温めるケアを受けて、どのようなことを感じましたか。率直に思ったことをお聞かせ下さい。」という問いかけを行い、自由に語ってもらった。

5．データ分析方法

1）熱布バックケア中の言動

ビデオカメラの映像を繰り返し視聴することで、ケア進行に伴った言動やその変化を時系列にして記述化した。

2）半構成的インタビューによる語り

ICレコーダーから逐語録を作成し、インタビューで語られた内容をコード化、カテゴリー化した。

6．倫理的配慮

本研究の主旨、研究協力の任意性、研究協力による利益・不利益、プライバシー保護などについて口頭および書面にて説明し、同意を得た。淑徳大学大学院看護学研究科研究倫理委員会の承認を得て実施した。（承認番号 院17−04）

Ⅲ．結果

1．研究協力者の概要

研究協力者は、地域生活を送る70歳代前半から80歳代後半（平均年齢78.4歳）の一般女性10名であった。

2．熱布バックケア中の言動（ビデオカメラによる撮影）

研究協力者８名においては、ケア中の言動を撮影した。２名は音声録音とフィールドノートからデータ収集した。熱布貼付直後から貼付中、さらに熱布を外した後の安静中に観察された反応の特徴を、研究協力者ごとに説明する。

1）A氏

熱布貼付により「気持ちいい」「お風呂に浸かったよう」と話した。熱布を密着させると「気持ちいい」と驚きの表情を浮かべ、自らのライフスタイルや人生を深く語りだす様子が見られた。熱布を外してからは「足先まで温まった」と全身の温かさを実感していた。安らかな表情のまま安静後７分で眠りについた。終了時には「疲れがとれた」と、疲労軽減を実感していた。

2）B氏

熱布貼付により目を見開きながら「気持ちいい」と発した。すぐに閉眼しリラックス感や満足感を実感していた。熱布貼付３分後に温かさを述べた後に瞬きが増え、入眠した。「もっとやっていたい」と満足気な表情を浮かべ、さらに持病である腰痛の軽減も語った。不眠薬を普段使用していることも語られたが、熱布を外してからは寝息をたてて深く眠る様子が多く見られた。温まったことでの眠気や、腰痛軽減に効果的であることへの驚きがきかれた。

3）C氏

熱布貼付により「気持ちいい」「お風呂に入っている気分」と話した。普段からあつ湯を好み、浴槽へ浸かるのも数秒のみという語りとともに、「ぬるいけど心地いい」「刺激はないがリラックス感はある」と話した。その後は冷えは訴えず、「ほっとする」と安心感を実感し、雑談する様子がみられた。最後の３分間では入眠した。

4）D氏

熱布貼付とともに閉眼しながら驚きの表情をし、大きな声で「気持ちいい」と発した。ケア開始前に眉間に皺を寄せていた表情が緩み、リラックスした様子で閉眼したまま過ごした。熱布開始８分後には寝息をたてて眠り、声かけによる覚醒時にも眠気を訴えた。腹鳴が数回聞かれ、頬の紅潮もみられた。

5）E氏

熱布貼付時には「気持ちいい」と話したが、１分経過後に「意外と早く冷める」と冷えを感じた。しかし熱布を外した際にひやっとする違和感は訴えず、「外した後の方が温かい」「今の方が気持ちいい」と話し、安静時間を不快感なく過ごした。安静後９分で欠伸をし、開口したまま最後まで入眠した。

6）F氏

熱布貼付により目を細め、口元を緩めて「気持ちいい」と繰り返し話した。貼付１分後から腹鳴がきかれ、本人も腸がよく動いていることを自覚する言葉がきかれた。深い息づかいになる様子がみられ、うとうとと閉眼・開眼を繰り返し、安静後９分からは寝息をたて入眠した。

7）G氏

熱布貼付により驚きの笑顔とともに「最高に気持ちいい」と、繰り返し発した。１分後にも「温度が変わらない」「気持ちいい」と話した。５分

後には「冷えないから気持ちいい」と述べ、眠気を訴えてうとうとし始めた。熱布を外した後には笑顔で孫の話などをしながら笑う様子がみられた。その後も温かさが継続していることを話した。

8）H氏

熱布貼付により笑顔で閉眼しながら、漏らすように「気持ちいい」と発した。続いて眠気や「お風呂に入っている気分」と話し、リラックスした表情に変化した。顔を傾け腕を広げ、脱力した状態で眠り続けた。安静後5分経過すると、「体がポカポカ火照ってきた」「ポカポカ温かい」と述べた。その後は時折開眼するも、穏やかな寝顔で眠る様子がみられた。

9）I氏

熱布貼付すると「熱いけどいい」と笑顔で話し、朗らかな表情でリラックスして過ごした。貼付8分後に「冷めてきた」と冷えを感じていたが、熱布を外し水分を拭き取ると、「気持ちいい」「全然違和感がない」と話した。さらに「熱いタオルを外したら寒さがでてくるがそれが全然ない」という語りもきかれた。寒がりな体質や友人話など雑談をしながら安静時間を過ごした。

10）J氏

熱布貼付により口角があがり笑顔をみせ、「気持ちいい」と話した。閉眼し腕の脱力もみられ、リラックスした様子がみられた。開始2分で眠気を訴え、穏やかな寝顔で入眠した。熱布を外すタイミングで声掛けをすると覚醒し笑顔がみられ、満足気な表情で「気持ちいい」と話した。その後は入院時の体験やボランティア経験など、過去の出来事を笑顔で語る様子がみられた。

10名の反応に共通してみられたのは、全員に「気持ちいい」という発語がきかれたこと、さらに眠気を訴えるか実際に眠ったことであった。他にも温かさ、お風呂に入った気分、腰痛の緩和、体の脱力などといった反応がみられた。「冷めてきた」と熱布の温度低下を示す言葉も聞かれたが、熱布を外してからは冷えを訴えることはなく、「今の方が気持ちいい」「ポカポカ火照ってきた」という言葉が聞かれていた。

3．熱布バックケア実施後のインタビュー（表1）

インタビュー時間は1人6～15分であり、平均は9.4分であった。

逐語録で起こした生データからセンテンス毎にナンバリングを行い、内容要約を行ったのち、意味内容として研究協力者ごとにコーディングした結果、147コードを抽出した。さらに同じ意味のものをまとめ、最終的に123コードとした。その後、10名分のコードを類似性に従ってカテゴリー化してサブカテゴリーとし、46サブカテゴリーを生成した。そしてサブカテゴリー間の類似性について検討し、14カテゴリーを生成した。さらに抽象度をあげ、最終的に5コアカテゴリー【心身に快さを感じた】【芯まで温かさが伝わり、持続した】【お風呂に入った気分になれた】【人とのつながりを感じられた】【熱布バックケアへの期待感を抱いた】を生成した。以下、研究協力者の語りを“*斜体*”、コードを〈　〉、サブカテゴリーを《　》、カテゴリーを［　］、コアカテゴリーを【　】として表記する。2つのコアカテゴリーから、1つのサブカテゴリーについて詳細を示す。その他のカテゴリーについても同様の手順を踏んで分析を行った。

1）【芯まで温かさが伝わり、持続した】

コアカテゴリー【芯まで温かさが伝わり、持続した】は、［タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した］［体の芯まで心地よい温かさが伝わった］の2カテゴリーから成る。［タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した］について詳細を示す。

［**タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した**］

“*とった後でもポカポカしますね、今（ケア後のインタビュー時）でもしてますね*”“*そうそう、お風呂あがった感じの。まだ今も温まってます*”“*今でもそうよ！背中ってあったまるとこんなに気持ちがいいんですかね*”“*だからもっと冷えるのかなと思ったら意外や意外で、あったかいまんまで*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈ほかほかした温かさが続いた〉〈お風呂から上がったように体全体の温かさが続いた〉〈バックケアが終わっても体が温かいまま気持ちいい〉〈冷えることがなく、温かさが持続していた〉とコード化した。これら4コー

ドから、サブカテゴリー《温かさが続いた》を生成した。

“(温かさが) *じわじわ感じてきたって感じ、すごいですね*”“*終わった後でも、後の方が腰があったかい感じがした*”“*初め「ぬるい」とか言ったわりには、本当に温まってるの。*(中略) *後から感じるってね*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈じわじわと後から温まることに感心した〉〈バックケアは熱布を外したあとの方が温かさを感じることができる〉〈熱布をあてた直後にぬるくなったと感じたが、後からとても温まっていると感じた〉とコード化した。これら3コードから、サブカテゴリー《熱布を外した後から温まった》を生成した。

“*普通だったら冷たく、外したら背中冷たくなるじゃない、すごくぞっとした、そういう感覚全然なかった*”“*外しても、ぞっともしてこなかったし。拭くよりもこの背中にあててあげた方がいいかもしれない*”“*そのときはあったかくて拭いても気持ちいいけど逆に体温とられるからひやっとするときもあるけど、今日のは逆にとった後の方があったかかった*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈バックケアはタオルを外した瞬間も「ぞっ」とする不快感はなく、温かいままだった〉〈タオルで拭くだけよりも、バックケアをした方が「ぞっ」とする不快感がなくて良い〉〈バックケアではタオルを外しても「ひやっ」とせず、温かかった〉とコード化した。これら3コードから、サブカテゴリー《バックケアはタオルを外した瞬間も不快感はなかった》を生成した。

“*冬なんかでね、経験で、タオルでこう拭くでしょ。そのとった後が熱を奪われるからひやっとするときがある*”“*拭くっていうことは、あとぞっとすることが多いから、かえってね*”“*入院してて体拭きますよね、でも本当に小さいタオルなので、そこだけしかね*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈体を拭くだけだと「ひやっ」とした(過去の経験)〉〈タオルで拭くだけでは「ぞっ」という不快感を感じた(過去の経験)〉〈入院中のタオル清拭では部分的にしか体を拭けず、満足できなかった〉とコード化した。これら3コードから、サブカテゴリー《タオルで拭くだけでは「ぞっ」「ひやっ」という不快感があり満足できない(経験)》を生成した。

4サブカテゴリー《温かさが続いた》《熱布を外した後から温まった》《バックケアはタオルを外した瞬間も不快感はなかった》《タオルで拭くだけでは「ぞっ」「ひやっ」という不快感があり満足できない(経験)》を統合し、カテゴリー[タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した]とした。

2)【人とのつながりを感じられた】

コアカテゴリー【人とのつながりを感じられた】は、[ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた][大切なものを思い起こすことができた][人にやってあげたい・自分でもやりたい(受けたい)と思った]の3カテゴリーから成る。[ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた]について詳細を示す。

[**ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた**]

“*嬉しいですよね、人がやってくれたら*”“*人にしてもらってる嬉しさが。人にやってもらってるってこと自体がね、リラックスできる要因じゃないかななんて思うんですけどね*”“(やってもらって) *嬉しいってことだね、あったかい・気持ちいいってことがさ*”“*こんな気持ちのいいことない。してもらったことないから*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈人からバックケアをされたら嬉しい〉〈人にされる嬉しさがある〉〈温かさや気持ちよさを感じられることをやってもらえると嬉しいと感じる〉〈初めてこんなことをしてもらったことに感動した〉とコード化した。これら4コードから、サブカテゴリー《人からケアされることが嬉しい》を生成した。

“*だからこう人の手で押してあげるっていうことは、自分の力で寝てやるより、押してもらった方が倍増する感じ、心地よさが*”“*他の方にやって頂くとね、なんだか、どういうことでしょう。すごく違いますね。自分で熱いタオルでこう拭いてもさほど感じないけど、やって頂くってこと自体が、やっぱり気分的なものがあるのかしらね*”“*背中はだって自分じゃ拭けない。だからあればあったかくて気持ちいい*”等の語りが聞かれ、それぞれ〈人からケアを施されることで心地よさをより感じることができる〉〈人からやってもらうこと自体で気持ちいいと感じられる〉〈自分では拭けない背中だか

表１　バックケアを受けて感じた快の感覚

【コアカテゴリー】	［カテゴリー］	≪サブカテゴリー≫	＜ コ ー ド ＞
心身に快さを感じた	体が楽になった	体が軽くなった	力が抜ける感覚になった すっきりとした感覚になれた 体全体がふわーとした感じがあった
		リラックスした	リラックスした 全身のリラックスができた 眠たくなるくらいのリラックス感を感じることができた
		症状が緩和された	疲れがとれた 腰痛が和らいだ 体が楽になった （仰臥位でいる不安を感じていたが）痛みなど苦痛はなく、不快感（むずむず感）が消えた
	気持ちよさを感じた	気持ちよかった	気持ちよかった 何とも言えないくらい気持ちいい こんなに気持ちいいことを初めて味わった 温かく気持ちよかった
		全身が気持ちよかった	温めている背中に限らず、全身に気持ちよさを感じられた
		指圧が気持ちよかった	人の手があたっている指圧効果が気持ちよかった
		拭くだけよりも気持ちよかった	拭くだけよりもバックケアの方が気持ちよく感じられた
		気持ちよく長く過ごせた	最高に気持ちいい状態が長く続いた こんなに気持ちいいことがないくらい、気持ちよく過ごせた
	快適な眠りに導かれた	眠くなった	いい気持ちになってそのまま眠ってしまいそうだった うとうとと眠くなった リラックスして眠くなった
		眠ることができた	リラックスして眠ることができた ふわっと気持ちよくなり眠ることができた バックケアを受けながらこのままずっと眠っていたいと思った
		（普段の眠りは重苦しいが）すっきり眠れた	夢をみながら眠る普段の重苦しさがなく、すっきり眠ることができた
	気持ちが満たされた	安心感を得られた	心がほっとした 安心感が感じられた 安らかな気持ちになれた
		気持ちが落ち着いた	気持ちが落ち着いた 気持ちが和らいだ
		無心になれた	無心になれた
		幸せ・最高の気分になれた	バックケアを受けると幸せを感じられる バックケアを受けて最高な気分になれた バックケアで最高の気持ちのままあの世に逝きたいと思った バックケアを受けて別世界にきた気分なので、このままの状態でいたい この気持ちよさが永遠に続いてくれたら、と願う
芯まで温かさが伝わり、持続した	タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した	温かさが続いた	ほかほかした温かさが続いた お風呂から上がったように体全体の温かさが続いた バックケアが終わっても体が温かいまま気持ちいい 冷えることがなく、温かさが持続していた
		熱布を外した後から温まった	じわじわと後から温まることに感心した バックケアは熱布を外したあとの方が温かさを感じることができる 熱布をあてた直後にぬるくなったと感じたが、後からとても温まっていると感じた
		バックケアはタオルを外した瞬間も不快感はなかった	バックケアはタオルを外した瞬間も「ぞっ」とする不快感はなく、温かいままだった タオルで拭くだけよりも、バックケアをした方が「ぞっ」とする不快感がなくて良い バックケアではタオルを外しても「ひやっ」とせず、温かかった
		タオルで拭くだけでは「ぞっ」「ひやっ」という不快感があり満足できない（経験）	体を拭くだけだと「ひやっ」とした（過去の経験） タオルで拭くだけでは「ぞっ」という不快感を感じた（過去の経験） 入院中のタオル清拭では部分的にしか体を拭けず、満足できなかった
	体の芯まで心地よい温かさが伝わった	温まった	体がぽかぽかと温まった 温度には鈍感になっているはずの体が温まったと感じた
		10分だけで温まった	背中全体が少しの時間で温まることができた 10分の短時間で温まることができた
		全身が芯まで温まった	足先まで全身が温まった 冷え症な体が足先まで温まったと実感した 入浴では得られない、体の芯が温まる感覚があった（体が温まりにくい体質） 湯船に浸かることよりもバックケアの方がよかった（体が温まりにくい体質）
		電気で作る温かさより心地よかった	電気熱の温かさより、バックケアの温かさの方が心地よい 暖房の温かさとは違う気持ちよさがあった
		嫌みのない温かさだった	後からじわじわくる嫌みのない温かさがよかった（普段は即効で感じられる高温刺激を好む）
		温める良さを認識した	広範囲で温める経験をしたことがなく、温める良さを実感できた 湯に浸かるなど体を温めることはよいことなのだと気付いた 体を温めて便秘改善になった過去の経験の意味づけができた

【コアカテゴリー】	［カテゴリー］	≪サブカテゴリー≫	＜ コ ー ド ＞
お風呂に入った気分になれた	お風呂に近い感覚を味わった	お風呂に近い感覚・気分を味わった	バックケアはお風呂に入った気分を味わえる 一瞬お風呂に入っているかのように思うくらい、お風呂に近い感覚があった 腰よりも背中を温めた方が入浴感覚が強くでた（受診で腰部温罨法をうけている） バックケアはシャワーくらいの感覚があった
		心を和ませるお風呂のような存在だと感じた	バックケアは、入院中にほっとできて心が和むお風呂のような存在である
		大好きなお風呂に入っている気分になれた	バックケアは365日欠かさない大好きなお風呂に入っているようだった バックケアは大好きなお風呂に入った気分を味わえる お風呂が大好き
	お風呂は生活に欠かせない行いであることを想起させた	日本の文化的背景から、お風呂は健康であるために生活で欠かせない大切な行いであることを想起させた	お風呂が一番の楽しみになることは日本文化も大きく関係していると思う お風呂は体を洗うだけでなく、1日の疲れをとり締めくくりとなる意味をもつ存在である 銭湯に入ることで「健康になった」「寿命が延びた」と感じる お風呂は生活に欠かせないものであり、お風呂に入れないと寂しい・落ち着かない 寝たきりになるとお風呂が一番の楽しみだと思う 寝たきりの人にとってお風呂はもっとも心が和むものではないかと思う
人とのつながりを感じられた	ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた	人からケアされることが嬉しい	人からバックケアをされたら嬉しい 人にされる嬉しさがある 温かさや気持ちよさを感じられることをやってもらえると嬉しいと感じる 初めてこんなことをしてもらったことに感動した
		人にやってもらうことに心地よさを感じられた	人からケアを施されることで心地よさをより感じることができる 人からやってもらうこと自体で気持ちいいと感じられる 自分では拭けない背中だからこそ、ケアが気持ちいい
		手当されることで愛情が伝わった	バックケアによって、愛情が手から伝わりケアされることを嬉しく感じる 心地よさと愛情を伝えられる「人の手」「手当」の力はすごいと思った 病院ではなかなか行われていない「手当」を、バックケアで思い浮かべた 指圧の心地よさに加えて、バックケアには+αの効果がある 入院中は手をかけてもらえないと思う
	大切なものを思い起こすことができた	亡き夫を懐かしく思い出した	風呂好きだった夫との暮らしを懐かしく思い出した 夫が自宅療養中に体を拭いてもらって気持ちよさそうにしていたことを思い出した
		入院中に嬉しかったことを懐かしく思い出した	バックケアによって入院経験を懐かしく思い出した お風呂に入れない入院中、わずかな部分でも体を拭いてもらえることが1番嬉しかった お風呂に入れない入院中、身体を拭くことは気持ちよかった 入院中に熱いタオルで体を拭いてもらうことは気持ちよかった 入院中リフトバスで久しぶりにお風呂に入れたことで、気分がさっぱりした
	人にやってあげたい・自分でもやりたい（受けたい）と思った	人にやってあげたいと思った	バックケアを人にやってあげたいと思う 痛みを抱える人にやってあげたい
		ヘルパーとして人にやってあげたいと思った	ヘルパーとしてお風呂に入れない人にバックケアをやってあげたいと思えた
		自分でもやりたいと思った	自分でもバックケア（首や肩でも）をやってみたい
		寝たきりになったらやってもらいたいと思った	寝たきりになったときにバックケアを受けたい
熱布バックケアへの期待感を抱いた	病いをもつ人を癒す効果がある	バックケアは入院患者に喜ばれると思う	入院中お風呂に入れない人にバックケアは気持ちいいだろうと思う 入院患者さんにバックケアをやると喜ばれると思う バックケアは入院中の楽しみになると思う （入院経験から）バックケアは患者が入院中に最もリラックスできるものになると思える 孤独で不安な入院生活で何か少しでもやってもらえて気持ちいいと思えることは大事 バックケアによって最高の気持ちになれる時間が1日の中で過ごせたら嫌なことを忘れられる ストレスの塊のようになりうる入院中に、バックケアを行うことは気分転換になる
		病気や障害のある人にバックケアを行うとよいと思う	体が弱っているときやお風呂に入れない時にバックケアをうけるともっと有難いと感じられる 体が不自由で自力で動けない人にこそバックケアをやるとよい 病気がある人や痛みがある人にやるとよい 認知症の人にバックケアをやると温かさや気持ちよさを感じてもらえてよいと思う 背中の不快感を訴えられない人にこそ、看護師が察してケアができたらよいと思う
	体の不調に効果がある	痛みが和らぐ	バックケアによって肩こりなどの痛みが和らぐと思う
		眠りやすくなる	寝る前にバックケアをやるとよく眠れそうだと思う
		冷えによい	冷え症の人によいと思う 冬の寒い時期に行うことで、温かさをより強く感じることができるのではないかと思う 背中だけでなく、冷えやすいお腹も温めるとよい
		血流がよくなる	血流がよくなるように感じる
		背中以外やしびれにもよい	背中以外にも、足・胸・腹部やしびれのあるところにも効果的だと思う
	簡単にできるバックケアを広めてほしい		バックケアは簡単にできることがよくわかった バックケアを広めてほしい

らこそ、ケアが気持ちいい〉とコード化した。これら3コードから、サブカテゴリー《人にやってもらうことに心地よさを感じられた》を生成した。

“なんか愛情が伝わってくる感じ、手、手でね”“手当っていうことだね”“（病院で手当てといえるものは）*ないですね。ボディタッチっていいんだね”“こうやって押してくれる、ね、プラスαがあるって感じ。だから人間の手ってすごいですね”“そんなに重症じゃなくて手足ができるから、小ちゃいハンドタオルをぽんとくれるだけで、自分で拭くんですよ”*等の語りが聞かれ、それぞれ〈バックケアによって、愛情が手から伝わりケアされることを嬉しく感じる〉〈心地よさと愛情を伝えられる「人の手」「手当」の力はすごいと思った〉〈病院ではなかなか行われていない「手当」を、バックケアで思い浮かべた〉〈指圧の心地よさに加えて、バックケアには+αの効果がある〉〈入院中は手をかけてもらえないと思う〉とコード化した。これら5コードから、サブカテゴリー《手当されることで愛情が伝わった》を生成した。

3サブカテゴリー《人からケアされることが嬉しい》《人にやってもらうことに心地よさを感じられた》《手当されることで愛情が伝わった》を統合し、カテゴリー［ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた］とした。

Ⅳ．考察

熱布バックケア中の言動およびインタビュー結果から、熱布バックケアが受け手の快の感覚にもたらす影響として、以下の4つの視点で考察する。

1）熱布バックケアによる身体的・心理的な安楽

【心身に快さを感じた】のうち［体が楽になった］［気持ちよさを感じた］［快適な眠りに導かれた］に代表されるように、熱布バックケアによって身体的に安楽な状態がもたらされたことが明らかとなった。気持ちのいい心地良い感覚が、腰痛などの体の苦痛を解き放ったり、眠りを導くといった安楽な状態へと誘ったことがわかる。身体的苦痛を抱える患者や、不眠を訴える患者に熱布バックケアを行うことで、これらの効果を得られる可能性があるといえる。阿保・千野・近藤（1997）は、「術後の患者は傷の痛みもさることながら、動きのとれないわが身をどう処したらいいかわからない苦痛にさいなまれ、この時の熱いタオルによるバックケアは千金に値する」と述べていることから、経験的に熱布バックケアの効果が大きいものであることは既に示されている。本研究は日常生活に支障がない者に行った結果ではあるが、患者の状態に応じて熱布バックケアのもつ効果は大いに期待できるものであると考えられた。さらに身体と相互作用である心理的な安楽も［気持ちが満たされた］や、ケア中の「ほっとする」といった言葉から明らかとなった。熱布バックケアを受けることで安心感や幸福感を得られることができ、体だけではなく気持ちの安寧を感じられたことが、心理的な安楽に結びついていると考えられる。心理的苦痛を抱える人に熱布バックケアを受けてもらうことで、心を調和させる効果があるのではないかと考えられた。

2）熱布バックケアがもたらす温かさ

［タオルを外しても熱が逃げずに温かさが持続した］［体の芯まで心地よい温かさが伝わった］から、わずか10分の熱布貼付による温熱刺激により、温かさをもたらしたことが明らかとなった。温めるケアは、温熱効果や入眠促進効果、鎮痛効果、腸蠕動促進効果、リラクセーション効果など、様々な目的をもって用いられている（有田・大島・藤本，2012）。本研究でも、実際に眠りについたことや腹鳴がきかれたこと、体の脱力や安らかな表情からリラックスしていた様子が伺えたことなどから、同様の効果を体感していた。熱布バックケアによる温熱効果では、単に一時的に温かいという感覚にとどまらず、心地よい温かさが持続していたことが明らかとなった。入院経験をもつ研究協力者からは、通常のタオル清拭と比較した上での熱布バックケアの温かさが強調して語られていた。臨床現場で多く用いられている使い捨ての不織布タオル（おしぼりタオル）の特徴である、皮膚から外した瞬間の冷感や不快感を示すような反応が今回の熱布バックケアではみられなかったことからは、体を冷やすことなく温かいままでケアを提供できる技術であるということの裏付けとなった。せっかく体を拭いて清潔にできても、寧ろ不快感として体に残る冷たさから清拭を拒否す

る患者に、熱布バックケアを合わせた温タオル清拭を行うことができれば、温かさを感じながらも爽快感を得られるケアを提供できると考える。

3）お風呂に近い感覚をもたらす熱布バックケア

【お風呂に入った気分になれた】から、熱布バックケアは入浴時の熱い湯をはった浴槽に浸かったような感覚をもたらすことが明らかになった。〈お風呂は生活に欠かせないものであり、お風呂に入れないと寂しい・落ち着かない〉に象徴されるように、単純に保清目的だけではなく、生活に密着した欠かせない習慣であることが重要視されていた。そのため入浴に制限を伴う患者の場合、お風呂に入れないことは清潔保持できないことに加えて、生活習慣を当たり前に全うできない苦痛を味わうことになる。また、「長い人生経験の中で培われた自己の生活習慣を保つとき、安定した安楽を味わう」（川島，1974）という指摘の通り、入浴することはまさに生活習慣の維持であり、その意味でも安楽をもたらすものであると考える。安楽を感じとる背景には、《日本の文化的背景から、お風呂は健康であるために生活で欠かせない大切な行いであることを想起させた》に象徴されるように、古くから銭湯や温泉を好んできた日本人の文化的背景との深いつながりも関係していたといえる。〈風呂好きだった夫との暮らしを懐かしく思い出した〉に現されたように、熱布バックケアがお風呂を連想させたことによって、亡き夫との生活を思い起こす契機となっていた。また、その語りが得られた背景には、お風呂に入っているように気持ちが開放的になる空間によって、心理的な壁を取り払い、思いを表出できる機会となったことが関係していたと考えられる。自身の歩んできた人生を振り返るような時間となる熱布バックケアは、人の暮らしやストーリーを描き出すきっかけとなり得るケアであると考えられた。

4）熱布バックケアによって得られる「手当」される喜び

［ケアされることに心地よさ・愛情を感じられた］から、熱布バックケアを受けることによって、人から施されることでの気持ちよさや心地よさ、さらには愛情を感じられていたことが明らかとなった。この背景には、援助者とケアの受け手との間に看護の手を介して生み出される力が込められていたのではないかと考える。看護師の手は、「ケアにおいて患者と触れる実践的接点として、看護師自身と患者に共属している」（島田，2017）と表現され、「看護の手の力は、生命力（バイタルパワー）を高める」（川島，2014）と言われているように、ケアを通じて患者が大切に手当されている感覚を抱いたとき、苦痛から一時的にでも解放され、新たな活力を見いだすことができるのではないかと考えられた。

V．結論

本研究では、日常生活に支障がない老年期の女性10名に熱布バックケアを行い、ケア中のビデオカメラ撮影およびケア実施後のインタビューから受け手が感じる快の感覚を検討した。その結果、熱布バックケアは心地よい温かさを持続させることができ、気持ちよさなどの安楽をもたらす様々な効果をもつケアであることが明らかとなった。また、お風呂に入った気分を味わえるという効果が得られた点からは、生活習慣の維持という側面からも安楽をもたらすことができるケアであると考えられた。

VI．利益相反

記載すべき利益相反はありません。

本論文は修士論文の一部である。

文献

阿保順子，千野良子，近藤佳苗他（1997）．国文アイのナーシングアート．医学書院，6.

有田広美，大島千佳，藤本悦子（2012）．温罨法．藤本悦子編，解剖生理学から見直す看護技術形態機能学に基づいた視点所収，学研メディカル秀潤社，77.

朝日新聞．2006年9月15日付け，35.

朝日新聞．2013年8月23日付け，37.

川村萌美，和智志げみ，永見桂子（2012）．産褥早期の褥婦の疲労に及ぼすバックケアの効果．三重県立看護大学紀要，16，27−33.

川島みどり（1974）．看護技術の安楽性．メヂカ

ルフレンド社，98.
川嶋みどり（2012）．看護の力．岩波新書，48−134.
川島みどり（2014）．触れる・癒やす・あいだをつなぐ手―TE-ARTE学入門．看護の科学社，33−36.
川嶋みどり（2017）．その意味と価値から死語にしてはならない熱布清拭．58（9），看護教育，780−785.
縄秀志（2006）．術後患者の回復過程における腰背部温罨法ケアモデルの構築．日本看護技術学会誌，5（2），12−20.
島田多佳子（2017）．いかにして患者の「気持ちいい」は生まれるのか，日本看護協会出版会，195.