

咽頭部術後の疼痛の緩和

—緑茶を用いた含嗽と氷片摂取による効果—

4階北病棟 酒井那央 月元愛子 江口奈穂子

谷口令花 助川幸子

はじめに

口蓋扁桃摘出術やアデノイド切除術後の創部は、開放創であり位置的に外界と交通しているため、唾液嚥下時、会話時、食事の際などに疼痛がある。また、術後は創部が腫脹するため鼻閉になりやすく、睡眠時に口呼吸となるため口腔内が乾燥し起床時に疼痛を訴える患者が多い。当病棟では、嚥下時の疼痛緩和を目的に、毎食前にポンタールシロップが処方される。さらに疼痛を強く訴える患者に対しては、ロキソニンやボルタレン坐薬などの鎮痛剤を使用している。今回、起床時の痛みや食事時の嚥下痛に対し、抗菌作用のある緑茶を用いた含嗽、氷片摂取をすることで疼痛の緩和が図れるのではないかと考えた。緑茶は広く日本人に親しまれ、容易かつ手軽に準備できるためケアに取り入れた。その結果、劇的な効果には至らなかったが、一時的な疼痛の緩和や爽快感に繋がった。

I 研究目的 就寝前と起床時の緑茶による含嗽及び食前の緑茶氷片摂取により術後疼痛が緩和できる。

II 研究方法

1 研究期間 H21年4月～H22年5月

2 研究対象 期間中に扁桃摘出術及びアデノイド切除術を受けた20名

3 研究方法

1) 介入群は入院時に独自で作成したパンフレットを使用し、ケアの内容を説明した。起床時・就寝30分前に緑茶含嗽をしてもらった。毎食30分前に緑茶氷片を5個渡し、摂取してもらった。起床時、毎食30分前後、食事中、就寝30分前にNRSで評価してもらい、患者に記入してもらった。

2) 非介入群は、後ろ向き調査を行い、鎮痛剤使用の有無・回数をカルテから収集した。

4 分析方法

1) 鎮痛剤使用の有無を比較し χ^2 検定を行った。

2) 鎮痛剤使用回数の推移を比較した。

5 倫理的配慮 介入群の対象者に本研究の目的と方法、名前などの個人情報は一切公開しない事、研究以外には使用しない事、また協力の有無で医療に差し支えない事を紙面上で説明し同意を得た。

III 結果

1. 鎮痛剤を使用した患者は、非介入群では20名中13名、介入群では20名中10名であった。 χ^2 検定の結果、使用の有無で有意差は認められなかった。しかし、数的にみると、介入群の方が鎮痛剤未使用の患者が多かった。

2. 両群の食事摂取量の平均に変化に差はなかった。熱い物、辛い物、酸味のあるものに分け、摂取量を調査したが、あまり差はなかった。

3. 「お茶のうがいや氷を舐めることで、少し痛みがとれて楽になった。」「お茶のうがいや氷を舐めても痛みは変わらない。」など肯定的、否定的な言葉が聞かれた。また、「冷やすと気持ちがいい。」といった爽快感を得られた言葉も聞かれた。

IV 考察

介入群と非介入群の鎮痛剤使用の有無、使用回数を比較すると、統計上の裏付けは得られなかった。その要因として第一に、疼痛の感じ方に個人差があるためと考える。第二に、今回1口サイズで口に入れやすいよう1.5cm角大の氷片を作成した。氷片1個、約50秒で溶けてしまい、5個では冷却時間が短時間で終わり、十分に創部が冷却できず効果的に疼痛の緩和に作用できなかったと考える。また、氷片は口腔内に入れた際、しばらく溶かし、ほとんど液体になった状態で創部に達する。氷片より温度の上がった液体が創部に達したために、疼痛緩和の効果が減少してしまった要因と考える。第三に、起床時、就寝前に含嗽を行っても長時間の口腔内の保湿は難しかったと考える。さらに、睡眠時は口呼吸となりやすいことから、さらなる乾燥を引き起こし疼痛を助長させたのではないだろうか。統計上、今回の緑茶の氷片摂取、含嗽による術後疼痛の緩和の効果は実証できなかったが、数的にみると介入群の鎮痛剤未使用患者の数の方が上回っていることが分かる。そのため、介入を行うことで、疼痛は緩和される傾向にあると考える。日本人に最も親しみがあると考えられる緑茶を用いて行ったことは患者の好評を支えケアの受け入れに有効に働いたと考える。

V 結論

1 緑茶を用いた氷片や含嗽をすることで、一時的な疼痛の緩和に繋がった。