

平成 23 年 3 月 31 日

新潟青陵学会会長殿

平成 22 年度新潟青陵学会共同研究 報告書

1. 研究課題名

母性看護学実習における疲労自覚とフリッカー値の変化

2. 研究組織

代表者: 新潟青陵大学 看護 学科 職名: 准教授 氏名: 池田かよ子



分担者:

所 属	職 名	氏 名
新潟青陵大学	助手	河内浩美

3. 研究期間 平成 22 年4月1日 ~ 平成 23 年3月31日

4. 研究成果の概要(当該研究期間のまとめ)

【目的】本研究は、看護学生を対象に臨地実習による疲労度を可視化するために、研究1として前期の座学期間と後期の演習期間の各1週間における日常生活や疲労の測定を行い、臨地実習前の学生の状態について比較検討した。

【対象】調査協力の得られた2年の看護学生20名を対象とした。

【内容】①疲労の測定として、一般状態、握力、フリッカー値の測定、②疲労に関連すると思われる要因として日常生活、学習活動やアルバイト、疲労自覚症状について自記式質問紙法を実施した。

【結果】座学期間と演習期間の比較で有意差がみられた項目についてあげる。(1)一般状態では、拡張期血圧値は演習時の方が高かった。握力では相関が強く、特に火曜日の握力値は演習時の方が低かった。フリッカー値については、1週間の変化をみると金曜日に値が高くなっていた。(2)日常生活では、学習時間、趣味の時間、家事労働時間、睡眠時間、パソコン使用時間については有意差はなかった。(3)疲労自覚症状の訴え率は、第Ⅰ要因の「眠気とだるさ」10項目では9.3人から11.4人に、第Ⅱ要因の「注意集中の困難」10項目では8.2人から10.4人に、第Ⅲ要因の「身体各部の違和感」10項目では、3.8人から6.4人に、いずれも演習期間の方が疲労自覚症状を訴えた人が増えていた。(4)疲労自覚症状の各項目については、第Ⅰ要因の「眠気とだるさ」10項目中4項目(頭が重い、全身がだるい、あくびがでる、目が疲れる)に、第Ⅱ要因の「注意集中の困難」10項目中1項目(物事に熱心になれない)に、第Ⅲ要因の「身体各部の違和感」10項目中6項目(頭が痛い、肩がこる、口が渇く、めまいがする、まぶたや筋肉がピクピクする、手足がふるえる)に、演習期間の方に多くみられた。【まとめ】以上の結果から、前期の座学に期間よりも後期の演習期間の方が自覚する疲労症状が多いことが明らかになった。座学での学習活動より演習の方が、事前事後の準備や課題、演習時の緊張などの負荷がかかっていると考ええる。このことは実際の臨地実習では、さらに不安や緊張が高まることは容易に想像できる。また、その期間は実習施設のアクセスや実習後の記録等により、普段より睡眠時間の短縮、さらには食事の質量ともに不規則になりやすくなる。今後は、研究2として臨地実習における疲労について調査し、座学、演習、実習各期における疲労について明らかにしていきたい。

5. 交付決定額(配分額) 300,000 円

6. 研究発表

区分	学会誌名・学会名等	発表者	論文名・演題名等	年	月
発表予定	新潟青陵学会	池田かよ子	母性看護学実習における疲労自覚症状とフリッカー値との関連	H23	11