

手術などの治療を受ける患者さん向けあんずリハビリ運動動画の作成

杏林大学医学部附属病院 肝胆膵外科

百瀬博一、工藤翔平、川口翔平、蓮井宣宏、松木亮太、小暮正晴、鈴木 裕、阪本良弘

背景

- ✓ 我が国では、国民の2人に1人が生涯のうちにがんに罹患し、3人に1人ががんで死亡する
- ✓ がんサバイバーは今後、年に約60万人増えることが予想されており、がんと共存する時代になっている
- ✓ がん患者の身体活動量は予後と相関していると報告されており、身体活動量を術前から維持することはがん患者のメリットになると思われる
- ✓ しかし、術前患者さんが気軽に行える運動を医者が提示できていないのが現状である

目的

- ✓ がん患者に対する運動療法の動画、パンフレットを作成して、がん患者の身体活動の維持向上を計る

対象、方法

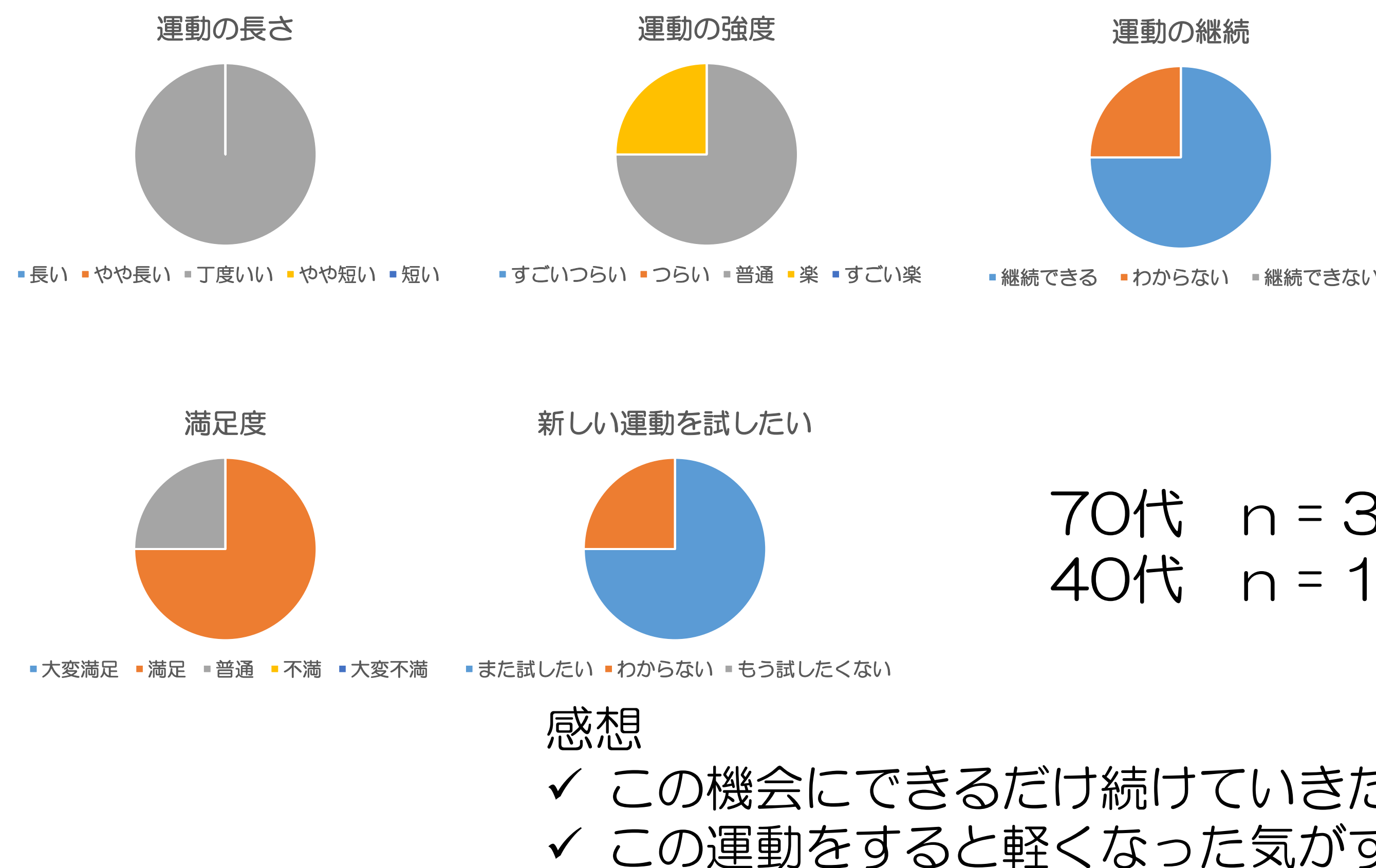
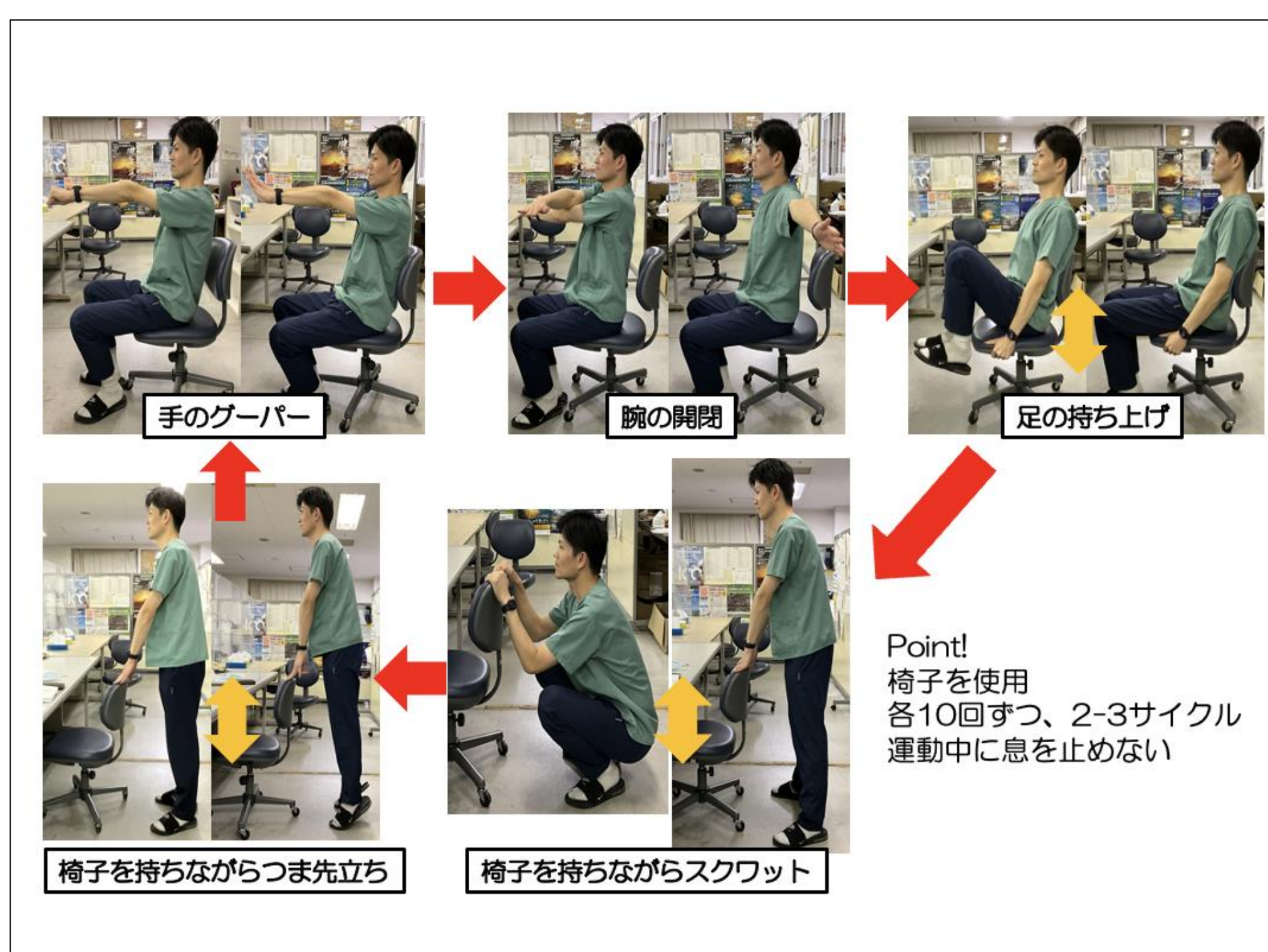
- ✓ 対象：肝胆膵外科疾患で手術を施行、または計画している患者
- ✓ 研究期間：2023年4月から2024年2月
- ✓ 方法：
肝胆膵外科医師が椅子に座ったまま行えるストレッチ・筋力トレーニングの動画・パンフレットを作成する
手術が決まった時点で作成した動画もしくはパンフレットを術前患者さんに渡し、週2回以上の運動を開始する

- ✓ アンケート調査：
作成した運動療法について以下の5項目についてアンケート調査を行った

- ①運動の長さ、②運動の強度、③運動の継続性
- ④運動の総合的な満足度、⑤新しい運動ができれば試したいか

運動アンケート	
※アンケートは下記アンケートに変わってください	
性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
年齢	<input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代 <input type="checkbox"/> 70歳以上
※運動について	
運動の長さ	<input type="checkbox"/> 長い <input type="checkbox"/> やや長い <input type="checkbox"/> 丁度いい <input type="checkbox"/> やや短い <input type="checkbox"/> 短い
運動の強度	<input type="checkbox"/> とてもつらい <input type="checkbox"/> つらい <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> やさしい
運動の継続性	<input type="checkbox"/> 継続できる <input type="checkbox"/> 継続できない
運動の満足度	<input type="checkbox"/> 大変満足 <input type="checkbox"/> 満足 <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 不満 <input type="checkbox"/> 大変不満
新しい運動を試したいか	<input type="checkbox"/> まだ試したい <input type="checkbox"/> やや試したい <input type="checkbox"/> 試さない
その他、ご意見ご感想は備考欄に記載してください	
ご記入ありがとうございました	

結果



まとめ

- ✓ 実際に治療をしている医師によって作成された運動療法の動画、パンフレットは、患者に受け入れられやすいと考えられる
- ✓ アンケート結果も参考により良い運動メニューを今後も考えたい