

P8-5 胸椎圧迫骨折後の腰背部痛による破局的思考に対する 通所リハビリテーションでの取り組み

○伊藤 健(いとう たける)¹⁾, 柳野 浩司²⁾

1)医療法人社団 紀洋会, 2)関西福祉科学大学 医療保健学部 リハビリテーション学科

Key word : 破局的思考, pain catastrophizing scal, 通所リハビリテーション

【目的】脊椎圧迫骨折(VCF)患者において、受傷後の疼痛の破局的思考は腰背部痛や能力障害の回復を阻害する要因になると報告されている。疼痛に対する破局的思考は、疼痛を慢性化し増悪させる要因として注目されている。破局的思考を有するものは、疼痛に対して過剰な回避行動をとり、慢性的な活動量の低下や抑うつ、能力障害を増悪させてしまうことが知られている。今回、破局的思考により、腰背部痛や能力障害を呈しながら退院し、通所リハビリテーション(以下、通所リハ)での関わりにより動作能力が向上した1症例を経験したのでここに報告する。

【症例紹介】80代女性、平成xx年x月x日に交通事故にて第12胸椎圧迫骨折を受傷し入院。x+1ヶ月で歩行可能となり自宅退院。x+1.5ヶ月、腰背部痛増悪し両下肢に麻痺が出現したため再入院となる。x+3.5ヶ月、腰背部痛は残存、車椅子にて自宅退院となる。退院後に本通所リハを利用開始となる。社交的な性格であったが、利用開始当初より腰背部痛が強く、更に約30分間の座位保持で疼痛が増悪するとの訴えから食事と個別リハビリ以外の時間はベッド上で臥床していた。また、動作訓練も疼痛のため十分に行えなかった。

〈評価項目〉疼痛強度は、numerical rating scale(以下、NRS)を用いて聴取した。疼痛に対する破局的思考は、日本語版 pain catastrophizing scale(以下、PCS)を用いて評価した。PCSは全13項目からなる質問紙で「反芻」「無力感」「拡大視」の3つの下位尺度から構成されており痛みを感じている自分の状態にどの程度あてはまるかを5つの選択肢から選び得点が高値になるほど疼痛に対する破局的思考が強いことを示す。NRS、PCSは初期評価、1ヶ月後、2ヶ月後、3ヶ月後に評価を実施した。その他の評価項目は、FIM、MMT、表在および深部感覚であった。

〈通所リハでの取り組み〉通所リハでの理学療法介入として疼痛部位(腰背部)に経皮的電気刺激(Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation: 以下、TENS)を行いながら起立・歩行練習を実施した。また、初期評価後、ケアスタッフとカンファレンスを行い、本症例の身体機能や性格にあったプログラムを立案した。ケアスタッフの取り組みとして、臥床する時間を短縮させるために他利用者や交流しやすい環境を作り、疼痛に対する注意をそらすようにした。また、疼痛を感じ始めた際には臥床するように促すが、長時間臥床することのないように配慮した。そして、自宅での日常生活につ

いては、家族に対して指導を行い、家事への参加を促した。

【説明と同意】対象者には本症例報告の説明を十分行い同意を得た。

【経過】初期評価は、NRS 8/10、PCS 21/52点(反芻:16点、無力感:5点、拡大視:0点)、下肢筋力は両下肢ともMMT2レベル、感覚障害は表在・深部ともに中等度鈍麻であった。1ヶ月後、NRS 6/10、PCS 15/52点(反芻:13点、無力感:2点、拡大視:0点)。2ヶ月後、NRS 2/10、PCS 6/52点(反芻:6点、無力感:0点、拡大視:0点)。3ヶ月後、NRS 1/10、PCS 0/52点。動作レベルでは疼痛および破局的思考の低下に伴いFIMには大きな影響はなかったが、車椅子レベルから歩行器歩行自立レベルまで改善した。また、家事活動も一部可能となった。

【考察】本症例は通所リハ利用開始時のPCSが21点と高値であった。Beneciukらによると破局的思考に陥っている場合の平均点が24.3点であったことから、本症例でも破局的思考に陥っている可能性が考えられた。それにより、日常生活でも臥床傾向となり、今後の能力低下のリスクが高い状態にあったと考えた。

今回、本症例にはPCSの下位尺度である反芻と無力感に着目し、ケアスタッフや家族と連携しアプローチを行った。理学療法士が、TENSを用い動作訓練を実施し、ケアスタッフが来所時の過ごし方を調整することで、通所リハにて疼痛を感じさせずに活動を促す取り組みを行った。それらの取り組みにより、疼痛を感じず活動する経験を積み重ねたことで、PCSの下位尺度の反芻の軽減につながったと考えた。更に疼痛を感じず活動出来ることを実感したことや、自宅での役割を得たことでPCSの下位尺度の無力感の軽減につながったと考えた。その結果、破局的思考が改善し、活動量の向上および動作能力の向上に寄与したと考えられた。破局的思考を有する利用者に対して、今回のように他職種や家族が連携して包括的サポートを行うことが重要であると考えられた。

【理学療法研究としての意義】わが国の医療制度では日数制限があり、長期にわたるリハビリテーションは介護保険下での実施となる。通所リハにおいてVCF後の疼痛の破局的思考について評価し、痛みに対して、身体的側面だけでなく、認知・情動的側面からも評価しアプローチすることの必要性および介護保険下での理学療法実施の必要性が示唆された。