

## 糖尿病セルフケアと心理的指標:

### 心理尺度を活用した 療養支援の評価

神戸市看護大学 基盤看護学領域

稲垣 聡

s1inagaki@gmail.com

## 心理尺度とは

- 特定の心理現象を、  
心理的構成概念として定義したうえで、  
一定の方法によってデータ化し、  
その心理現象の個人差を1つの数値と  
して把握しようとするもの

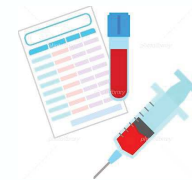
心理(現象)の測定器具

## 研修のねらい

- 心理尺度の意義を知る
- 糖尿病療養支援の実践評価に活用できる  
尺度を知る
- 明日からの実践で利用したいと思える

## 測定とは ~属性を数値で表すこと~

- 温度・濃度・圧力・音・明るさ...etc  
→測定機器があれば測定できる



- 知りたい事に測定機器がない場合  
例)抑うつ・痛み・人生満足度  
: 主観的・心理社会的な抽象概念



The Wong-Baker FACES Pain Rating Scale (WBS)



## 心理尺度

- 心理的傾向(意識、感情、状態、知識、行動...)の程度を測定しようとするもの
- 患者視点で評価する主観的指標  
(Patient reported outcome : PRO)  
例：QOLや自覚症状(痛み、うつ状態)  
機能状態(身体機能、社会機能など)  
治療に対する意識  
健康や健康に対する動機

特徴：多人数の心理的傾向を簡便に把握でき、結果が一般化しやすい



## 心理尺度を使用する際の注意

- 信頼性と妥当性が検討された尺度を使用する
- 尺度の構成概念を正しく理解する
- 尺度を正しい方法で使用する
- 尺度の作成者からの使用許諾を得る

- 何でも用いれば良いというものではない
- 質問項目は作成済みのものの方が安全
- よく使用されている尺度は使いやすい



## 心理尺度で何ができるか

- 日々の診察・療養支援の評価
- 臨床研究



## 参考：尺度の骨組み 例) J-DQOL (浅尾版)

- 概要：糖尿病患者のQOLの測定器具
- 構成概念(というよりも下位尺度・サブスケール)：
  - I 「糖尿病による生活制限」 13項目
  - II 「全体的な満足感」 9項目
  - III 「糖尿病であることの心理的負担」 12項目
  - IV 「糖尿病の治療に関する満足感」 6項目
- 各下位尺度の項目：
  - I 「休暇を取ったり、旅行に出かけられるかと心配することが多い」 など
  - II 「生活一般について満足している」 など
  - III 「糖尿病の治療がつらいと感じることが多い」 など
  - IV 「現在受けている治療について満足している」 など



## 日々の療養支援の評価に 心理尺度を活用する①



管理栄養士

自身の療養支援・食事指導が、  
患者さんに対して、  
どのような効果があったかを評価したい

- 実際の食事療法の実施率で評価→J-SDSCA
- 食事療法を実施する動機で評価→TSRQ-DJ
- 食生活に関する自己効力感で評価→SESD



## TSRQ-DJ (稲垣, 2021)

- セルフケアを行う理由が、自律的か、統制的  
(外部からの圧力による)かを評価する

### 自律的動機 質問) :

定期的に運動し、健康的な食事管理することを、  
自分自身がしたいと思っているから

### 統制的動機 質問) :

医者や看護師の指示を守らないと、罪悪感を覚える  
から



## J-SDSCA (大徳, 2006) (稲垣, 未発表)

- セルフケア行動の実施頻度を評価する
- 食事、運動、フットケア、薬の内服の  
セルフケアを実践した日数を回答する。

例)

昨日までの7日間のうち、食事療法を何日守れまし  
たか? \_\_\_\_\_ 日間

昨日までの7日間のうち、散歩も含めて少なくとも  
30分以上運動を行った日は何日ありますか?  
\_\_\_\_\_ 日間



## SESD (赤尾, 2011)

- セルフケアに関する自己効力感の程度を評価  
する
- 自己効力感は「自分はある行動を遂行できる」とい  
う可能性の認識。自己効力感が強いほど、実際にそ  
の行動を遂行できる傾向にあると考えられている

質問例)



## 日々の療養支援の評価に 心理尺度を活用する②



自施設の教育入院が、  
患者さんに対して、  
どのような効果があったかを評価したい

### <退院直前>

- 糖尿病に関する知識で評価→日本版糖尿病知識テスト(J-DKT)

### <退院3ヶ月後>

- 食事療法・運動療法の実施率で評価→J-SDSCA
- セルフケアに関する動機で評価→TSRQ-DJ



## 臨床研究に心理尺度を活用する



当院の患者は、  
①治療ごとに心理的負担の差が生じるか  
②心理的負担と血糖コントロールに関連があるかを評価したい

- ① 心理的負担・うつ傾向→PAID
- ② スティグマを感じていないか→SSS-J
- ③ ①・②は、血糖コントロールと関連するか？  
→HbA1c・J-SDSCA



## J-DKT 日本版糖尿病知識テスト (Minami T,2022)

- 糖尿病、合併症、食事療法に関する知識を評価するための12項目の質問紙
- [https://www.nanbu.saiseikai.or.jp/media/DM\\_knowledge-test.pdf](https://www.nanbu.saiseikai.or.jp/media/DM_knowledge-test.pdf)  
(日本版糖尿病知識テストで検索)
- 入院時と退院前に実施することがある



## 糖尿病 関連尺度

- 医中誌：「糖尿病and尺度and妥当性」  
→68件
- Pubmed：「Diabetes scale Japanese validation」  
→29件

→測定したい事項を測定できる尺度を選択

日々の評価：簡便に・繰り返し測定できる  
研究の場合：仮説が立てられる

## まとめ

- 心理尺度は、客観的指標として、日々の振り返りや臨床研究に活用できる。
- 心理尺度は種類が多種多様にあり、自分の目的に合わせて利用する。
- 施設外の研究者との連携することで、測定事項に応じた心理尺度の精選ができる。

## 参考文献

- 1) 横内 光 (2007) 心理測定尺度の基本的理解. 日本集中治療医学会雑誌 14:555-561.
- 2) 山本 真, 堀 洋 (2001) 人間の内面を探る「自己・個人内過程」. In: 心理測定尺度集 サイエンス社, viii, 321p
- 3) 舟島 な, 亀岡 智, 定廣 和, 鈴木 美, 中山 登, 野本 百, 服部 美, 松田 安, 宮芝 智, 上國料 美, 山下 暢, 山品 晴, 山澄 直, 吉富 美 (2015) 看護実践・教育のための測定用具ファイル: 開発過程から活用の実際まで. 第3版 医学書院, xx, 453p
- 4) Streiner DL, Norman GR, Cairney J, 木原 雅, 加治 正, 木原 正 (2016) 医学的測定尺度の理論と応用: 妥当性、信頼性からG理論、項目反応理論まで. メディカル・サイエンス・インターナショナル, xiv, 394p
- 5) 佐野 浩, 浅尾 啓, 松島 雅, 縣 俊, 日下 正, 佐々木 敏, 谷島 雄, 山本 泉, 清水 英, 田嶋 尚 (2001) 糖尿病患者におけるQuality of Life評価の試み第2報  
Quality of Lifeに影響を与える患者背景因子と合併症. 糖尿病 44:57-62.
- 6) 大徳 真, 本田 育, 奥宮 暁, 山崎 義, 笠山 宗, 池上 博, 宮川 潤, 久保田 稔, 江川 隆 (2006) セルフケア行動評価尺度SDSCA (The Summary of Diabetes Self-Care Activities Measure)の日本人糖尿病患者における妥当性および信頼性の検討. 糖尿病 49:1-9.
- 7) 稲垣 聡, 松田 友, 阿部 梢, 川本 剛, 高橋 宏, 加藤 憲 (2022) 日本語版糖尿病療養行動の動機づけ尺度 (TSRQ-DJ) の開発とその検証. 糖尿病 65:26-33.
- 8) 赤尾 綾, 郡山 暢, 近藤 春, 安楽 千, 三反 陽, 尾辻 真, 蕃部 町, 森加 藤崎 夏, 中村 由, 田中 康, 深川 俊, 中重 敬 (2011) 糖尿病セルフケアに関する自己効力感尺度作成の試み. 糖尿病 54:128-134.
- 9) Minami T, Shirakawa J, Hiiiragi H, Yamada T, Suzuki Y, Shirabe S, Maeda H, Terauchi Y (2022) Validity and reliability of the Japanese version of the diabetes knowledge test among in-patients with type 2 diabetes. Journal of Diabetes Investigation 13:580-587.