

## 音楽活動による慢性統合失調症患者の症状改善の可能性 —看護実習における事例報告—

永井美季里

東京福祉大学 教育学部 (池袋キャンパス)  
〒171-0022 東京都豊島区南池袋2-14-2  
(2016年3月2日受付、2016年3月20日受理)

抄録: 3週間にわたる看護実習の中で、慢性化した統合失調症患者(Aさん)に対する音楽活動(ピアノ練習、歌唱)の効果について検討した。当初は強い妄想があって病棟プログラムに遅れが目立っていた。しかし、実習開始1週間後に、本人が好きなピアノ練習や歌唱を提案し、病棟プログラム実施時間外の自由時間に取り入れたところ、統合失調症の症状が改善し、生活リズムも安定してきた。この結果は、統合失調症患者の好みに応じて音楽活動を取り入れることは、短期間であっても、患者の症状改善に有効である可能性を示唆している。

(別刷請求先: 永井美季里)

キーワード: 統合失調症患者、音楽活動、症状改善、看護実習、事例研究

### はじめに

統合失調症は精神障害の1つで、思考、知覚、感情、言語、自己と他者の感覚などの歪みによって特徴付けられ、一般的には幻覚、妄想、異常行動などが顕著であるが、患者によって症状のスペクトラムに多様がある(WHO, 2015)。

統合失調症患者に対しては、抗精神病薬による薬物療法が治療の中心となっているが、この場合、錐体外路系の機能低下(パーキンソン病症状)、肝臓機能低下、光過敏症、悪性症候群などの副作用が、看護における大きな問題として指摘されている(日本精神科看護協会, 2005)。また、薬物療法ではドーパミン受容体ブロッカーが使用されているため、統合失調症における幻覚・妄想といった陽性症状には比較的効果を発揮するが、無為自閉・対人接触不全・思考鈍磨といった陰性症状には有効性が乏しいことが知られている(Insel, 2009)。陰性症状は統合失調症が慢性化した患者に多くみられ、意欲向上や対人関係の改善につながる適切な治療・対応が行われれば、社会復帰の道が開ける可能性が指摘されている(厚生労働統計協会, 2015)。

メンタル面の疾患に対して動物療法や園芸療法などの有効性も知られているが、これらの療法は対象者および介護者の身体的負担が多い点が指摘されている。一方、音楽療法は、音楽を聴いたり演奏をしたりする際の生理的、心理的、社会的な効果を応用して心身の健康の回復向上を図ることを目的とする健康法であり、かつメンタル面の各種疾

患に対する代替医療あるいは補完療法である(Davis et al., 2015)。音楽療法は、認知症患者や軽度認知障害者の行動心理的症状(BPSD)の改善に応用されている場合が多く、その特徴は回想法や人形療法と同様に身体的負荷が少ないことで、体力低下を伴う患者においても適応することが可能である。これら点から、音楽療法は心の健康な部分に働きかける可能性があり、かつ薬物療法と違って副作用の心配が少ないことから、精神障害者、特に慢性化した陰性症状を呈する統合失調症患者の症状改善に有効であることが期待されている(坂下, 2008)。

今回、精神障害者に対して音楽活動(ピアノ練習、馴染みの歌謡曲の歌唱等)がどのような影響を及ぼすのか、看護実習で著者が経験した統合失調症患者への取り組みと症状変化から考察した。

### 研究対象

#### 1. 対象者と家族構成

60歳代 女性(Aさんとする)。

2親等以内の家族には、弟(既婚)および妹(既婚)があり、それぞれ義妹、義弟がいる。

#### 2. 診断名と現病歴

統合失調症。高校卒業後の受験勉強(浪人)の最中に発症した。発症時は被害妄想を主徴とする言動が強く、不眠、

食欲不振が顕著であったため、東京都内のB病院に受診し、入院となった。その後、1年半で退院となるが、就職と再燃を繰り返し、入院が長期化している状態である(20代前半より入院継続中)。入院形態は医療保護入院で、現在も女性開放病棟の2人部屋にて療養中である。

治療薬として、抗精神病薬、抗不安薬、抗てんかん薬、抗パーキンソン薬、心不全治療薬、造血薬、利尿薬、睡眠薬、下剤など計17種類の処方薬を服用している。

### 3. 主症状

妊娠妄想、誇大血統妄想、被害妄想、無為自閉、感情鈍麻。

入院後の妄想はいまだに持続状態であり、会話の中でもよく妄想の発言がみられ、不合理を指摘しても確固として認めない姿勢がみられる。日々の日常を日記に記録する習慣があり、記述内容は妄想体験が主である。また、「流産してしまうから力めない」と言ってトイレに籠もることが多いなどの理由で、病棟プログラムは遅れがちである。

拒薬はみられていない。病院内の交流は、限られた人との間では保たれているが、無為自閉で感情鈍麻といった陰性症状が前面にでている。

## 看護実践

### 1. 実習期間

看護実習において、Aさんと関わりを持った期間は、201X年2月6日～2月23日の3週間であった。

#### 1-1. アセスメント(第1週)

第1週はアセスメントの時期とし、Aさんの状態と病院内の状況を観察して、看護実習における目標作成のための資料収集を中心に行った。

表1は、Aさんの行動について観察した結果をおおまかにまとめたものである。Aさんの行動的で目立ったのは、日中は臥床傾向が多いことであった。また、病棟におけるルーチンプログラムの1つである食後の合唱には、看護師

の勧めによってしぶしぶ参加していた。

夜間の状況については看護師が記述する看護日誌からの情報に頼ることになったが、睡眠は不安定で睡眠導入薬を服用しており、夜間の中途覚醒が多いとのことであった。

そのため、Aさんに関する看護問題は「知覚、思考、行動、自発機能などの障害により、活動と休息のバランスが崩れている」を優先順位第1位とした。看護問題から考えられる看護診断は、ゴードンの看護理論(ゴートン・看護アセスメント研究会, 2010)による11の健康機能パターンに基づき、「睡眠パターンの混乱」とした。

実習初日より、Aさんの関心興味を引き出すようなコミュニケーションを心掛け、1週目後半頃より、会話の中でAさんが歌やピアノが好きであることを知った。また、音楽の話をするときは、Aさんの表情がいつもの会話より穏やかになることがわかった。

#### 1-2. 看護目標と看護計画

アセスメントで得られたAさんに関する看護問題をもとに看護目標を設定し、看護計画を作成した。

著者がAさんへの音楽的関わりを試行錯誤するなかで、歌唱やピアノ演奏が好きで、よく鼻歌を歌い、カラオケには積極的に参加する意思を持っていることが伺えた。そこで、馴染みの歌謡曲(見上げてごらん夜の星を、上を向いて歩こう、等)の歌唱やピアノ練習を通して、実習生とのコミュニケーション密度を高め、かつ日中の活動量を増やして、統合失調症の症状改善につなげることを看護目標とした。

看護計画は以下の通りである。

O-P(観察項目)とした項目は、以下の点である。

1. 日中の様子の観察
  - (1) 表情、言動、休息状態、精神症状の有無に注目する。
2. 活動に対する意欲、関心の状況把握
  - (1) 作業療法、病棟プログラムの参加状況を把握する。

表1. アセスメント(抜粋)

実習日	観察	Aさんの行動観察結果
1週目 第1日	実習開始。 Aさんの担当に配属。 コミュニケーションを図る。	実習生とのコミュニケーションはほとんど図れない。
1週目 第2日	Aさんの行動観察。 Aさんとの会話を積極的に実施。	日中臥床して眠ることが多い。 病棟プログラムへの参加意欲が低い。 会話は少しであるが可能となる。
1週目 第4日	Aさんの行動観察と会話(継続)。	会話の中で、Aさんが歌やピアノが好きであることを知る。

## 3. 睡眠状態の把握

- (1) 就寝までの書物、ノートや雑誌を読むなどの行為の有無を確認する。
- (2) 睡眠中の中途覚醒の頻度を把握する。
- (3) 睡眠導入薬の服薬の有無を確認する。

T-P(ケア項目)とした項目は、以下の点であった。

1. 一定した生活リズムの継続
2. 作業療法、病棟プログラムへの参加促進
  - (1) 参加した活動の感想を聞く。
  - (2) 拒否した場合は見学だけでもよいことを伝える。
3. 関心を示したことに対する支持と成功への努力の推進
  - (1) カラオケで歌うことを勧める、歌唱力を賞賛する。
  - (2) ピアノ練習を勧め、演奏を賞賛する。
  - (3) CDプレーヤーにて音楽を聴くことを勧める。
  - (4) 絵(風景画、似顔絵)を描くことを勧め、出来映えを賞賛する。
4. 天気が良い日には散歩を勧め、気分転換の促進
5. 日誌の記述と内容の確認(A氏はカラーペンを夜間に使っている)

E-P(教育および指導項目)とした項目は、以下の点であった。

1. 安定した生活リズムの効果とその大切さを説明
2. ピアノ演奏の指導
3. CDプレーヤーの操作方法の教示

## 1-3. 看護計画の実施と結果

表2は、実習第2週および第3週の看護計画の実施におけるT-Pの「1.一定した生活リズムの継続」、「2.作業療法、病棟プログラムへの参加促進」、「3(2)ピアノ練習を促進」、「3(3)CDプレーヤーにて音楽を聴くことを勧誘」、「4.成功への努力を推進」について、それらの取り組みと成果をまとめたものである。

①2週目:2週目からは、日課の活動としてピアノの練習と、病棟プログラムである食前と食後の合唱に参加することを提案した。この提案によりAさんは、ピアノ練習を午後2時に行うという計画を自ら立てるといふ、活動意欲の向上を示し始めた。病棟プログラムの活動時間が意識でき、また入院生活の中での楽しみを逃してほしくないとの思いもあり、ピアノ練習に限らず他の病棟プログラムなどの日課の活動時間が近づくと「もうすぐ時間ですね」と行

表2. 看護の取り組みと成果(抜粋)

実習日	取り組み	成果
2週目 第1日	ピアノを弾きに行くことを誘う。	楽しげにピアノを弾く。
2週目 第2日	作業療法・ラジオ体操に誘う。	作業療法および病棟プログラムのラジオ体操に、座りながらも初めて参加する。 自らダンスを踊る。
2週目 第3日	ラジオ体操・ピアノ演奏に誘う。	勧めにより、立ってラジオ体操をする。 午後の自由時間に、ピアノ練習で【猫踏んじやった】を覚えたいという意欲がみられる。
2週目 第4日	作業療法、ラジオ体操、ピアノ演奏の実施。	ラジオ体操に積極的に参加する。 作業療法には毎日、午後4時頃に行くようにしているとの発言あり。ピアノ練習は「何時に弾きに行く？」との発言あり。
3週目 第2日	病棟プログラムであるラジオ体操と食前の歌唱活動、ピアノ練習の実施。	休日で実習生がいない間も、Aさんはピアノ練習を行い、【猫踏んじやった】が半分まで弾けるようになっていた。
3週目 第3日	病棟プログラム、作業療法の実施。 参加する。作業療法室でCDプレーヤーに興味を示し、操作方法を覚えることができた。馴染みの歌謡曲を熱心に聴く。	病棟プログラム、作業療法に参加する。 作業療法室ではCDプレーヤーに興味を示し、操作方法を覚え、馴染みの歌謡曲を熱心に聴く。
3週目 第5日	実習最終日。 音楽を介した活動の成果の確認。	ピアノ演奏などの音楽活動により、Aさんが積極的に行動するようになった。

動を促した。ピアノ練習を行わない日は、代わりに、作業療法室で一緒にダンスをした。

今まで妊娠妄想により参加を拒否する傾向が強かったラジオ体操は、「椅子に座りながらでもいいですよ」と言うと、著者がAさんの担当に配属されてから2週目第2日に、初めて参加してくれた。さらに活動量を向上するように、次の日からは妊娠妄想から遠ざけた会話をしながらラジオ体操を勧めるようにした。椅子に座って参加していたAさんは立ってラジオ体操に参加するようになり、ラジオ体操後にある歌唱にも笑顔で参加するようになった。

2週目後半になると、声かけを行わなくても、自発的に行動するようになった。ピアノ練習では、実習生(私)が弾いた曲【猫踏んじやった】を弾けるようになりたいと発言がみられたため、ゆっくりAさんの理解度に合わせてピアノ演奏のアドバイスするようになった。他患者からの情報では、Aさんは、実習生がいない土日もピアノを弾いていたということであった。

②3週目: 3週目に入るとAさんから、「午後は作業療法室に行こうかしらね。そして、その後ピアノ練習をしましょう。今日の作業療法はお料理なのよ。」という発言がみられた。作業療法室では、料理の他にもCDプレーヤーに興味を示したため、操作方法を教えることとなった。Aさんは覚えるまで何度も練習し、馴染みの歌謡曲を熱心に聴き入る様子が伺えた。この際、楽曲にまつわるエピソードを熱心に説明してくれたが、その内容は現実的であった。

さらに、規則正しい生活リズムを送っていること、およびこれまでの音楽を介した活動が病棟プログラムへの参加意欲の維持に結びついていたようである。

日中の活動が増えたため傾眠が減り、看護日誌および看護師からの情報では、夜間の中途覚醒が減ったとのことである。

#### 1-4. 看護の評価

O-Pに基づいて実習終了時の情報を整理し、看護目標の達成度を評価した。

①O-P1 (日中の様子の観察): 音楽活動の開始前は日中の臥床傾向が多く、病棟におけるルーチンプログラムへの参加を渋っていた。しかし、音楽活動が本格化した2週目後半になると、日中の活動頻度が高まり、コミュニケーション頻度の増加がみられた。

②O-P2 (活動に対する意欲、関心の状況把握): 音楽活動により自発的行動が高まり、病棟プログラムへの参加意欲の向上がみられた。ピアノ演奏や馴染み歌謡曲への関心

も明らかに向上していた。

③O-P3 (睡眠状態の把握): 夜間の中途覚醒が減り、日中の傾眠が減った。

これらの行動変化から、音楽活動の導入により、Aさんの看護問題である「知覚、思考、行動、自発機能などの障害により、活動と休息のバランスが崩れている」の改善を図るという看護目標は一部達成されたと評価した。

#### 考察

統合失調症は、主に思春期以降に発症する精神障害で、もっとも発症リスクが高いのは青年期である。統合失調症の症状は、幻覚・妄想を主症状とする陽性症状で始まり、慢性化すると陰性症状も顕著になる(WHO, 2015)。

統合失調症の発症率は、時代、人種、社会環境にほとんど無関係に約1%とされている。しかし、わが国では、精神病院で入院治療を受けている統合失調症患者は一部に過ぎず、全入院患者数(約25万人)の60%(15万人)である。入院患者の多くは慢性化して陰性症状を伴う中年以降の人である。その理由として、抗精神病薬は陽性症状には比較的有効であるが、陰性症状に著効を発揮する薬物が少ないこと、また長期に及ぶ入院のため社会復帰が困難になっていることが挙げられている。厚生労働省は、慢性化して長期入院中の統合失調症患者が社会復帰するための施策を提案しており、ここ数年間で精神病院に入院している患者数は約2/3に減少した(厚生労働統計協会, 2015)。そこでは、社会復帰に向けた様々なプログラムが実践されているが、なかなか明確な成果が得られていないのが現状である。

精神科領域の音楽療法では「アルトシューラーの同質の原理」(斎藤, 2011)が応用されることがある。すなわち、気持ちが落ち込んでいるときは落ち着いた音楽を、逆に興奮しているときは興奮させる音楽を聴き、自分の気持ちを音楽に代弁してもらい、気分を正常化するという取り組みである。Evan (1978)は、「その応用において、まず視床・視床下部に照準を定めて、患者を生理的に動かそうとすることが考えられる。そのために、患者の精神状態ならびに行動状態を見極め、それと同一テンポの音楽を用いることが必要である」と述べている。

Aさんにとって、ピアノ練習やカラオケ、食後の歌唱活動等で気分合った同一テンポの音楽に触れることは、好きな活動をしたいという欲求を充足して積極性を高めたり、楽曲にまつわるエピソードを想起することで喜びを感じたりしたようで、日常の会話や日記からそれらが好ましい影響を及ぼしている可能性がある。「アルトシューラーの同質の原理」が実践されたのかもしれない。また、これ

らの音楽活動が評価され賞賛されことにより日中の活動量が高まった結果、夜間の中途覚醒が減るといふ、Aさんの精神的安定や看護目標でもある夜間の良質な睡眠等、睡眠・覚醒リズムの改善にもつながったのではないかと考えられる。

統合失調症患者であるAさんは、ピアノ演奏に興味を示していたことから、病院内での日課をきちんと取り組むことに加えて、余暇の時間を上手に過ごす技術を身につけることが、看護目標の重要な部分を占めると考えられた。看護実習は3週間と限られており、しかも音楽活動を取り入れたのは2週目からなので、実際に取り組んだ期間は2週間と短期間であった。したがって、本実習における取り組みを音楽療法の範疇に含めることはできない。しかし、Aさんのこれまでの音楽経験を考慮し、ピアノ練習の時間を入院生活の一部に取り入れたことによる効果は大きなものであった。Aさんは、音楽への興味関心をさらに高め、自ら作業療法室にあるCDから自分の好きな曲(坂本九や美空ひばりの曲)を聴こうとする積極的な行動を示すようになった。昼間の活動上昇は日中の臥床傾向(居眠り)を減少させ、そのことが夜間睡眠の改善につながり、睡眠・覚醒リズムの向上に結びついたと考えられる。また、馴染みの歌謡曲がもたらした効果として、楽曲にまつわるエピソードとともに、歌唱することで得られる満足度の向上やネガティブ感情(被害妄想)の低下が精神的安定に結びついて精神的症状の軽減をもたらした、睡眠時間や言動の改善につながる効果があったと思われる。

今回の取り組みは、ピアノ練習が含まれているという点において、一般的な音楽療法とは一部異なっていた。すなわち、単に馴染みの歌を歌唱するだけではなく(坂下, 2008)、ピアノを通して積極的に指や身体を使い、かつ歌唱するという、身体活動の範囲が広がったのである。全身活動の実践が統合失調症の症状改善に有効ある可能性を示唆している。

## 結論

看護実習で担当した統合失調症患者の言動・行動を通して、患者にとってよりよい状態を目指すためには、患者が

何に興味、関心を示しているのかを知ることが重要あることが分かった。今回は音楽活動を取り入れた例を紹介したが、統合失調症患者の症状改善を実現するためには、患者の希望が実現できる環境を整え、その援助が患者にとって適切であるかを常に検討していくことが大切であることを学んだ。

## 謝辞

今回の事例研究報告をまとめるにあたり、多くのことを気づかせてくださったAさん、およびご指導いただいたB病院の臨床看護指導者の方々に深く感謝致します。

## 文献

- Davis, W.B., Gfeller, K.E. and Taut, M.H. (栗林文雄監訳) (2015): 音楽療法入門 ー理論と実践ー. 一麦出版社, 東京, p107.
- Even. R.E. (村村井靖児訳) (1978): 音楽療法 ー理論と背景ー. ユリウス出版部, 東京.
- ゴードン, M., 看護アセスメント研究会 (2010): 看護診断マニュアル 原書第11版 機能的健康パターンに基づく看護診断. 医学書院, 東京.
- Insel., T.R. (2009): Disruptive insights in psychiatry transforming a clinical discipline. *J. Clin. Invest.* **119**, 700-705.
- 厚生労働統計協会 (2015): 国民衛生の動向2015/2016. 厚生労働統計協会, 東京.
- 日本精神科看護協会 (2005): 向精神薬の薬理作用と副作用. <https://www.jpna.or.jp/kangoshi/effect.html> (2016年2月20日検索)
- 斎藤 寛 (2011): 心を動かす音楽の力 行動を支配する音楽の力. ヤマハミュージックメディア, 東京.
- 坂下正幸 (2008): 統合失調症者に対する音楽療法の改善効果に関する研究 ーなじみの歌謡曲を使用して生活リズムの改善を目指す取り組みー. *立命館人間科学研究* **17**, 93-105.
- WHO (2015): Schizophrenia, schizotypal and delusional disorders (F20-F29). ICD-10 Version: 2015.

## Improvement by Music Activity of the Conditions of a Chronic Schizophrenia Inpatient: A Case Report in the Student's Nursing Practice

Minori NAGAI

School of Education, Tokyo University of Social Welfare (Ikebukuro Campus),  
2-14-2 Minami-ikebukuro, Toshima-ku, Tokyo 171-0022, Japan

**Abstract :** The effects of music activity on the conditions of a chronic schizophrenia inpatient were assessed during the student's nursing practice for 3 weeks. Although the patient showed hallucination and sleeping disorder, these conditions were reduced and the aggressiveness was recovered by the introduction of playing piano and singing songs within 1 week. These results suggest a possibility that, in cases of patient preferring the music activity, the activity for short term may be effective for improvement of the conditions of chronic schizophrenia.

(Reprint request should be sent to Minori Nagai)

**Key words :** Schizophrenia inpatient, Music activity, Improvement of conditions, Nursing practice, Case study