特別企画●『腰痛研究のエビデンス・評価と臨床的展望』

介護従事者の職業性腰痛の実態調査
—Roland-Morris Disability Questionnaire 日本語版を用いて—

伊藤 友一

Key words ■ 介護士 (Carers), 職業性腰痛 (Occupational low back pain),
QOL (quality of life)

要旨: これまでアンケート調査および腰痛検診にて介護士における腰痛の実態調査を行い, 日常生活動作 (ADL) に支障をきたすほどの器質的疾患を有する腰痛はなかったこと, 一部の介護作業姿勢が腰椎に影響を及ぼしていることを報告した. 今回, 同じ施設で Roland-Morris Disability Questionnaire (以下 RDQ) 日本語版を用いて腰痛の調査を行った. 対象は, 男性 319 人, 女性 575 人, 年齢は 19 歳から 60 歳であった. 回答が得られたのは, 892 人 (99.8%) であった. RDQ 0 点が 598 人 (全体の 67.0%), 1~2 点が 149 人 (16.7%), 3~4 点が 70 人 (7.8%), 5 点以上が 75 人 (7.3%) であった. 質問の項目別にみると, 腰痛を和らげるために, 何回も姿勢を変えるが 162 人, 腰痛のため家の仕事をするときは力仕事をしないようにしているが 103 人, ほとんどいつも腰が痛いのが 94 人, 腰痛のため, いつもより横になって休むことが多いが 74 人, 腰痛のためいつもよりゆっくり階段を上るが 74 人, 腰痛のため寝返りが打ちにくいのが 73 人, 腰痛のため靴下やストッキングをはくとき苦労するが 68 人と多かった. これに対し, 腰痛のため, 服を着るのを誰かに手伝ってもらうが 2 人, 腰痛のためあまり食欲がないが 4 人, 腰痛のため 1 日大半を座って過ごすのが 5 人, 腰痛のため, 大半の間, ベッド (布団) の中にいるのが 6 人, 腰痛のため, いつもより人に対していらしたり腹が立ったりするが 7 人と少なかった. 2 次検診を希望したのが 42 人 (4.7%) であった. 調査の結果, QOL にかなりの支障をきたすほどの腰痛を有する者は少ないことがわかった.

Summary

The aim of the present study was to clarify the actual state of low back pain and disability in quality of life (QOL) with among carers. A survey was conducted on 894 carers (319 men and 575 women; age range, 19 to 60 years; average age, 46.1 years). Disability in QOL according to the Japanese version of the Roland-Morris Disability Questionnaire (RDQ) was investigated. RDQ score 0 was reported in 67%. RDQ score 1-4 was reported in 24.6%. RDQ score 5-22 was reported in 8.4%. Since the results of the survey showed that few subjects have poor QOL related to low back pain.

Tomokazu ITO : Occupational low back pain in carers with special reference to Roland-Morris Disability Questionnaire

済生会山形済生病院 [〒 990-8545 山形市沖町 79-1]

はじめに

わが国でも介護施設に従事する介護士の腰痛が社会問題となり、介護士の腰痛に関する報告がされるようになってきた。著者は、アンケート調査および腰痛検診にて介護士における腰痛の実態調査を行い、30%に現在腰痛があり、70%に腰痛の既往があるとの結果を報告した³⁾。日本整形外科学会腰痛治療判定

基準(JOAスコア)を用いた評価では、日常生活動作(ADL)に支障をきたすほどの器質的疾患を有する腰痛はなかったこと、また、電気角度計の計測により、一部の介護作業姿勢(入浴介助やおむつ交換など)が介護士の腰椎に影響を及ぼしていることも報告した。しかしながら、腰痛によりどのような動作に支障をきたすかなどの詳細な評価はできていなかった。最近、腰痛の評価にADLの評価だ

1	腰痛のため、大半の時間、家にいる	はい	いいえ
2	腰痛を和らげるために、何回も姿勢を変える	はい	いいえ
3	腰痛のため、いつもよりゆっくり歩く	はい	いいえ
4	腰痛のため、ふだんしている家の仕事を全くしていない	はい	いいえ
5	腰痛のため、手すりを使って階段を上る	はい	いいえ
6	腰痛のため、いつもより横になって休むことが多い	はい	いいえ
7	腰痛のため、何かにつかまらないうと、安楽椅子(体を預けて楽に座れる椅子、深く腰掛けた姿勢)から立ち上がれない	はい	いいえ
8	腰痛のため、人に何かしてもらおうと頼むことがある	はい	いいえ
9	腰痛のため、服を着るのにいつもより時間がかかる	はい	いいえ
10	腰痛のため、短時間しか立たないようにしている	はい	いいえ
11	腰痛のため、腰を曲げたりひざまづいたりしないようにしている	はい	いいえ
12	腰痛のため、椅子からなかなか立ち上がれない	はい	いいえ
13	ほとんどいつも腰が痛い	はい	いいえ
14	腰痛のため、寝返りがうちににくい	はい	いいえ
15	腰痛のため、あまり食欲がない	はい	いいえ
16	腰痛のため、靴下やストッキングをはくとき苦勞する	はい	いいえ
17	腰痛のため、短い距離しか歩かないようにしている	はい	いいえ
18	腰痛のため、あまりよく眠れない (痛みのために睡眠薬を飲んでいる場合は「はい」を選択して下さい)	はい	いいえ
19	腰痛のため、服を着るのを誰かに手伝ってもらう	はい	いいえ
20	腰痛のため、一日の大半を、座って過ごす	はい	いいえ
21	腰痛のため、家の仕事をするととき力仕事をしないようにしている	はい	いいえ
22	腰痛のため、いつもより人に対していらいらしたり腹がが立ったりする	はい	いいえ
23	腰痛のため、いつもよりゆっくり階段を上る	はい	いいえ
24	腰痛のため、大半の時間、ベッド(布団)の中にいる	はい	いいえ

図1 Roland-Morris Disability Questionnaire 日本語版 (福原らによる)

図2 RDQ 日本語版による回答結果

けではなくQOLを加味した評価がされるようになってきた²⁴⁾。その一つとしてRoland-Morris Disability Questionnaire⁷⁾日本語版(以下RDQ)¹⁾がある(図1)。今回、同じ介護施設でRDQを用いて腰痛の実態調査を行ったので報告する。

I. 対象および方法

県内にある社会福祉事業団の職員に対し日本語版RDQによる調査を行った。あわせて、今後さらに腰痛2次検診を希望するかどうか質問した。対象は、男性319人、女性575人、年齢は19歳から60歳(平均46.1歳)であった。正規職員452人、契約職員442人であった。

II. 結果

回答が得られたのは、892人(回収率99.8%)であった。

1. 日本語版RDQ点数

点数は、日本語版RDQ合計点数で0点が598人(全体の67.0%)であった。比較的程度の軽い1から4点の範囲が219人(24.6%)、5点以上が75人(8.4%)であった(図2)。20点以上が2人であった。

2. 日本語版RDQ項目別頻度

質問の項目別にみると、腰痛を和らげるために、何回も姿勢を変えるが162人(18.2%)、腰痛のため家の仕事をするとき

図3 RDQ 日本語版による質問項目別回答数

は力仕事をしないようにしているが103人(11.5%)、ほとんどいつも腰が痛いのが94人(10.5%)、腰痛のため、いつもより横になって休むことが多いが74人(8.3%)、腰痛のためいつもよりゆっくり階段を上るが74人(8.3%)、腰痛のため寝返りが打ちにくいのが73人(8.2%)、腰痛のため靴下やストッキングをはくとき苦労するが68人(7.6%)などが頻度の高い項目であった。これに対し、腰痛

のため服を着るのを誰かに手伝ってもらうが2人(0.2%)、腰痛のためあまり食欲がないが4人(0.4%)、腰痛のため1日大半を座って過ごす5人(0.6%)、腰痛のため大半の間ベッド(布団)の中にいる6人(0.7%)、腰痛のためいつもより人に対していらしたり腹が立ったりする7人(0.8%)などが少ない項目であった(図3)。

3. 正規職員と契約職員との比較

正規職員と契約職員で日本語版RDQ点数に差はみられなかったが、正規職員では年齢が高い程RDQ点数が高い人が含まれる傾向がみられた。それに対して契約職員では、年齢が若い人にもかわらずRDQ点数が高い人が含まれていた。

4. 2次検診希望の有無

さらに腰痛2次検診を希望したのが42人(4.7%)であった。

Ⅲ. 考 察

前回のアンケート調査で現在腰痛ありと回答した人は約30%であり、今回のRDQによる点数0点が67%であったことより前回と同じような結果が得られたといえる。

今野ら⁵⁾による介護士と看護師の腰痛についての実態調査では、その有病率は同じであるが、腰に負担がかかる業務内容に差がみられたと報告している。その中で、介護士では中腰姿勢の持続時間が長いことや体位交換の回数も多いことなどが関与していると述べている。住田⁸⁾は、問診による調査で腰痛が起きやすい業務内容として入浴介助が最も多くみられたと報告している。著者のアンケート調査でも同様に入浴介助やおむつ交換が腰痛をきたす動作としてあげられ、電気角度計の計測でも腰椎への影響が証明されている。JOAスコアを用いた評価では、腰痛によりADLにかなりの障害をきたす人はいないことも報告した³⁾。しかしながら、Visual Analog Scale (VAS)による評価では、自覚的に腰痛の程度の強い人もいた。今回、QOLの評価を行ったがRDQ 5点以上の頻度は、8.4%と多くはなかった。これは、前回のJOAスコアによるADL評価と同じような

結果であった。さらに項目別でみると何回も姿勢を変える、腰痛のため家の仕事をするときは力仕事をしないようにしている、ほとんどいつも腰が痛い、腰痛のため、いつもより横になって休むことが多い、腰痛のためいつもよりゆっくり階段を上る、腰痛のため寝返りが打ちにくい、腰痛のため靴下やストッキングをはくとき苦勞するなどの項目が多く、腰痛のため服を着るのを誰かに手伝ってもらい、腰痛のためあまり食欲がない、腰痛のため1日大半を座って過ごす、腰痛のため、大半の間、ベッド(布団)の中にいる、腰痛のため、いつもより人に対していらいらしたり腹が立ったりするなどの項目が少なかったことより、痛みを感じてもなんとか仕事をこなしているのではないかと推測された。このことより、介護士の腰痛予防には職場環境を良くする、あるいは、教育指導などの産業医学的アプローチが重要ではないかと思われた。

正規職員と契約職員で比較してみるとRDQ 10点以上の人は、正規職員では40歳以上の年齢が高い人でみられたが、契約職員では若い人でも点数が高い人が一部みられた。以上のことより40歳以上の人では、退行変性などが腰痛発生に関与している可能性があると思われた。若い契約職員の中には契約を維持するために頑張って介護の仕事量を増やしていることがうかがえた。今後は、雇用体制の問題についても検討が必要であると思われた。

これまで介護施設でも腰痛の程度やQOLは考慮せず単純レントゲンを含めた画一的な腰痛検診が勧められてきた。しかしながら、費用や費やす時間などが問題でもあった。今回、腰痛2次検診を希望した人は、4.7%と少ないこともわかった。今回の調査で、簡便な

RDQ日本語版を用いて腰痛1次検診を行い、RDQが5点以上の人を2次検診にまわすといった新しい腰痛検診体制も可能ではないかと思われた。

今回は、単にRDQの点数を調査するにとどまったが、RDQの年代別に一般住民における腰痛有訴者の基準値から個々の点数の標準化を図る方法⁶⁾、あるいは、日本整形外科学会腰痛評価質問票(JOA Back Pain Evaluation Questionnaire)などの新たな評価法を用いての調査も必要と思われる。

ま と め

RDQ日本語版を用いて介護施設の職員にアンケート調査を行った。RDQ5点以上の方は8.4%と比較的少ない結果であった。項目別にみると回答人数に差がみられた。

文 献

- 1) 福原俊一, 鈴鴨よしみ, 高橋奈津子ほか.
日本整形外科学会学術プロジェクト委員会監

修. RDQ (Roland-Morris Disability Questionnaire) 日本語JOA版マニュアル. 東京: 日本リサーチセンター. 2003.

- 2) 井上 玄, 大鳥精司, 伊藤俊紀ほか. 勤労者における腰痛—Roland-Morris Disability Questionnaire (日本語版)を用いた検討—. 第14回日本腰痛学会予稿集. 福井, 11月2006.
- 3) 伊藤友一, 武田陽公. 介護士の職業性腰痛の実態調査. 日本腰痛会誌. 2004; 10: 95-99.
- 4) 紺野慎一, 菊地臣一. 治療成績の評価はどのような観点から行われるべきか. 脊椎脊髄. 2003; 17: 27-29.
- 5) 今野俊介, 宮本雅史, 元文芳和ほか. 介護従事者と看護従事者の職業性腰痛の実態に関する調査研究. 第10回日本腰痛学会予稿集. 富山. 11月2002.
- 6) 大谷晃司, 菊地臣一, 紺野慎一ほか. 腰仙椎部椎間板ヘルニア手術後10年以上経過例の腰痛関連QOLの検討. 日本腰痛会誌. 2004; 10: 127-131.
- 7) Roland M, Morris R. A study of the natural history of back pain; part 1. Development of a reliable and sensitive measure of disability in low back pain. Spine. 1983; 8: 141-144.
- 8) 住田幹男. 特別養護老人施設における介護の腰痛対策について. 日本職業・災害医学会誌. 2001; 49: 355-360.

*

*

*