

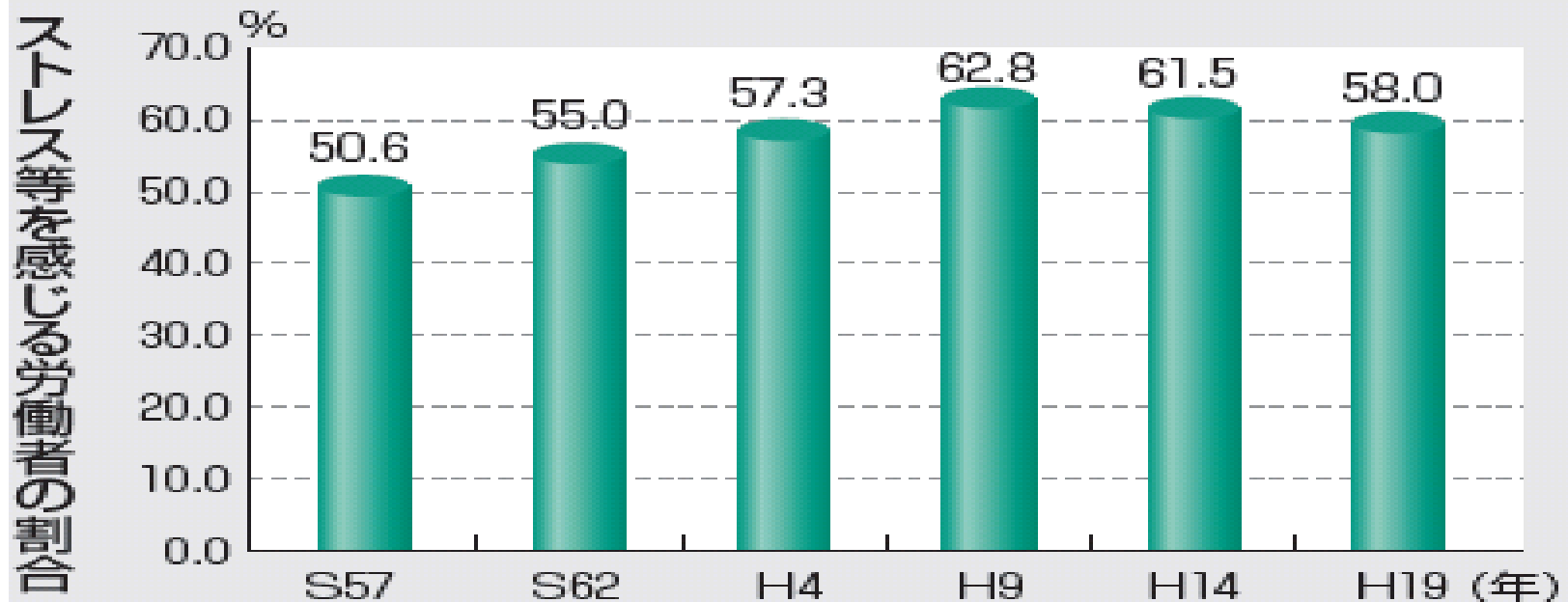
看護師のメンタルヘルス調査、 課題とその対策

平成25年11月13日（水曜日）

産業医科大学 産業保健学部 三宅晋司
◎獨協医科大学国際疫学研究室 木村真三

職場のメンタルヘルスの現状等①

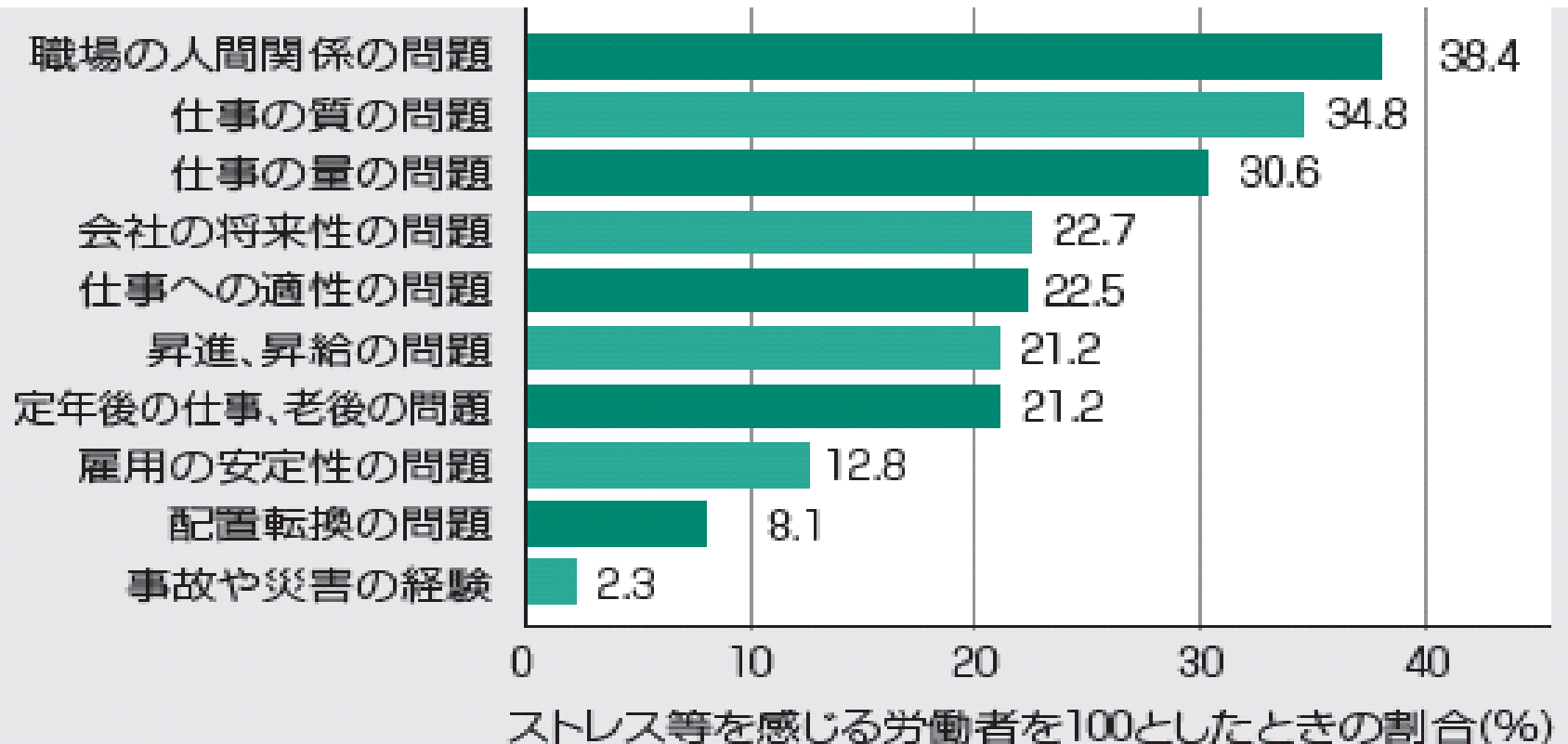
仕事や職業生活に強い不安、悩み、
ストレス（ストレス等）を感じる労働者



資料「労働者健康状況調査」（厚生労働省 各年版）

職場のメンタルヘルスの現状等①

職業生活におけるストレス等の原因



資料「平成 19 年労働者健康状況調査」(厚生労働省)

職場のメンタルヘルスの現状等①

メンタルヘルスケアに

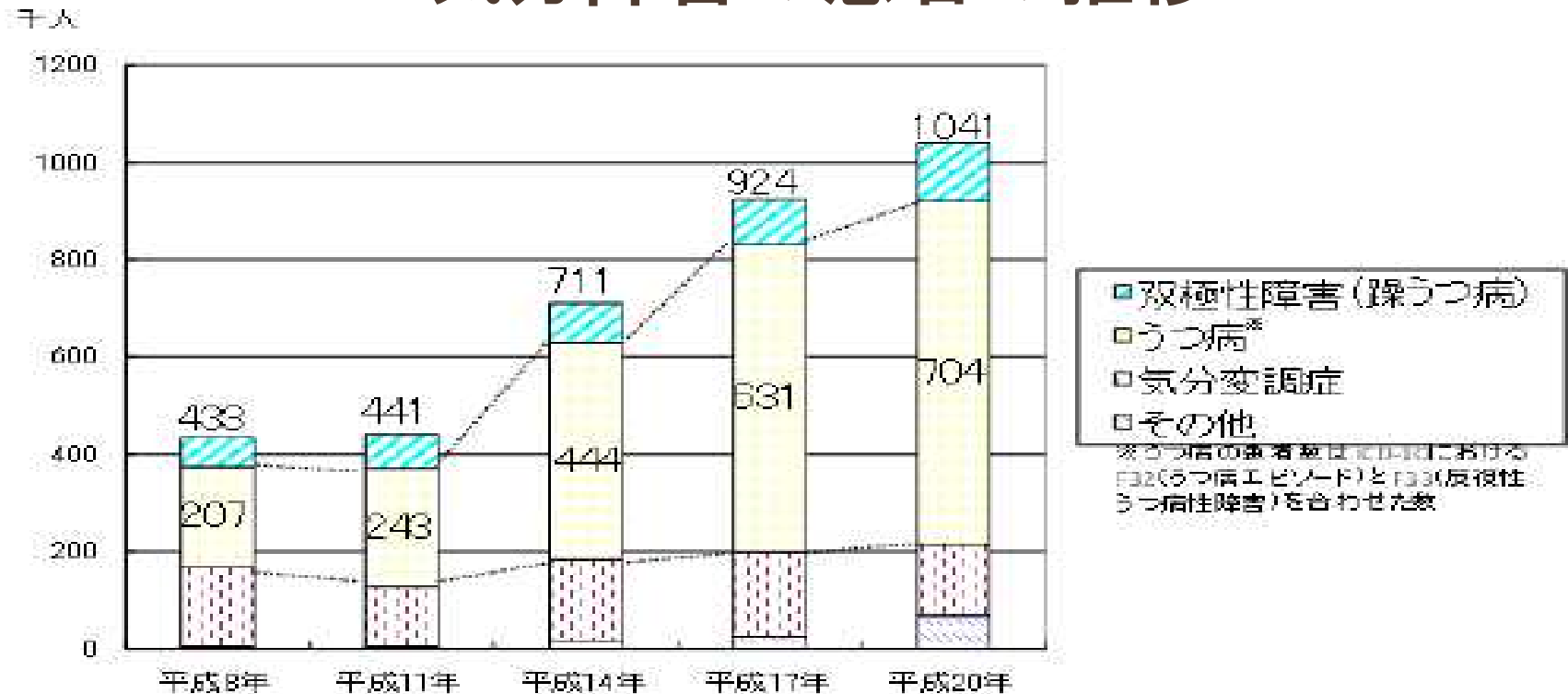
取り組んでいる事業所割合（％）

平成 19 年	33.6
(事業所規模) 5000 人以上	100.0
1000 ～ 4999 人	95.5
300 ～ 999 人	83.0
100 ～ 299 人	64.1
50 ～ 99 人	45.2
30 ～ 49 人	36.8
10 ～ 29 人	29.2
平成 14 年	23.5

資料「平成 19 年健康状況調査」（厚生労働省）

職場のメンタルヘルスの現状等②

気分障害の患者の推移

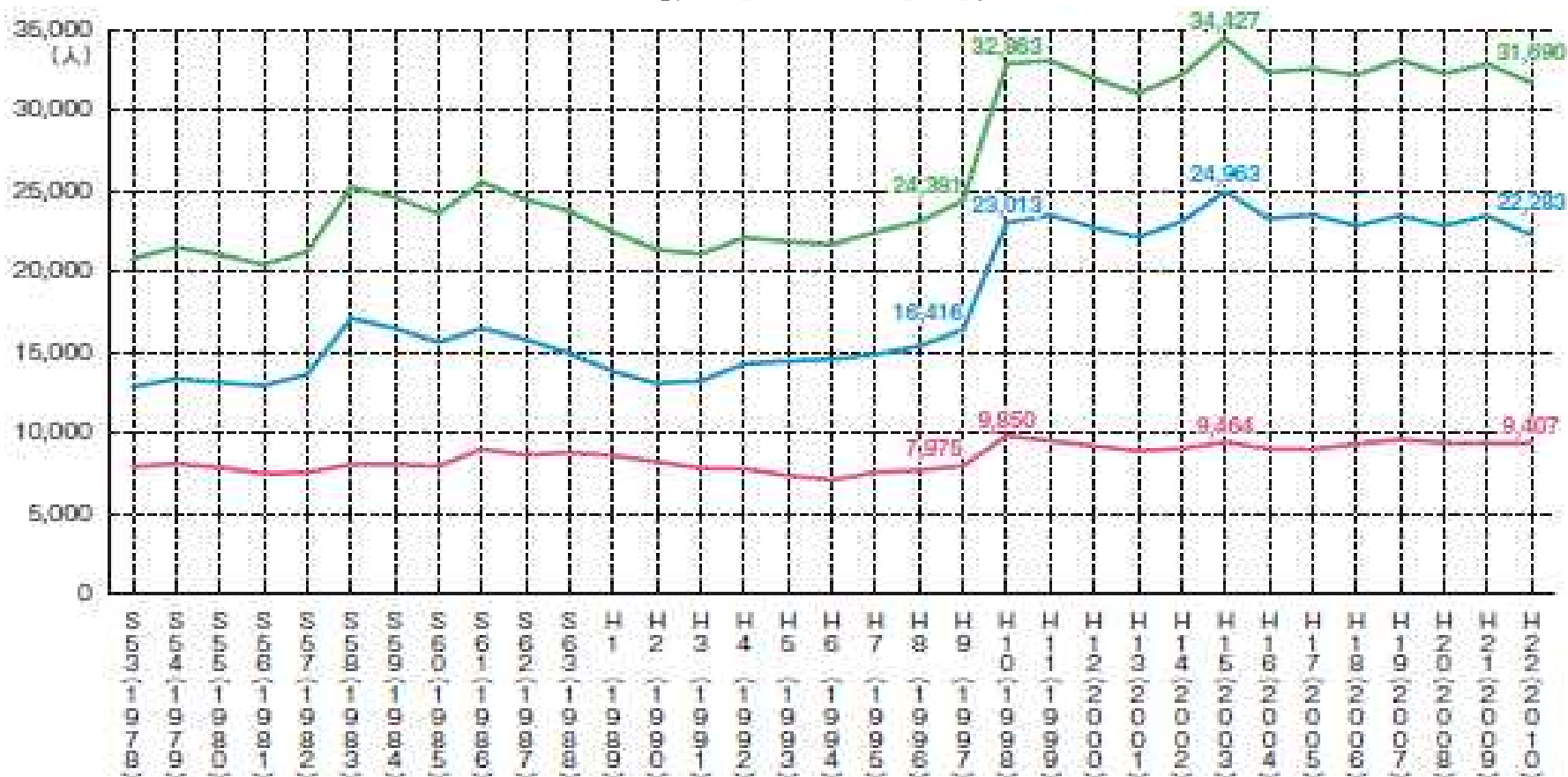


資料「患者調査」(厚生労働省)

うつ病等の気分障害の総患者数は、
平成20年には100万人超え

職場のメンタルヘルスの現状等③

自殺者の推移



— 総数 — 男性 — 女性

資料「自殺の概要資料」(警察庁)

職場のメンタルヘルスの現状等③

自殺者は14年連続で3万人超え

⇒被雇用者・勤め人 8,568人 (27.0%)

⇒勤務問題 2,590人

(被雇用者・勤め人2,078人)

【主な内訳】 仕事疲れ 615人

職場の人間関係 488人

仕事の失敗 362人

職場環境の変化 293人

職場のメンタルヘルスの現状等④

精神障害による労災請求件数の多い業種

平成21年度

	業種	件数
1	社会保険・社会福祉・ 介護事業	66
2	医療業	60
3	その他の小売業	58
4	情報サービス業	48
5	道路貨物運送業	46



平成22年度

	業種	件数
1	社会保険・社会福祉・ 介護事業	85
2	医療業	<u>84</u>
3	情報サービス業	59
4	道路貨物運送業	45
4	その他の小売業	45

資料「脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について」（厚生労働省）

職場のメンタルヘルスの現状等④

精神障害による労災請求件数の多い職種

平成21年度

	職種	件数
1	一般事務従事者	1 8 7
2	商品販売従事者	1 2 8
3	営業・販売事務従事者	8 2
4～7	(略)	(略)
8	保健師、助産師、看護師	3 1



平成22年度

	職種	件数
1	一般事務従事者	2 1 1
2	商品販売従事者	9 9
3	営業・販売事務従事者	8 2
4	自動車運転従業者	5 7
<u>5</u>	保健師、助産師、看護師	5 1

資料「脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について」（厚生労働省）

職場のメンタルヘルスの現状等④

精神障害による支給決定件数の多い業種

平成21年度

	業種	件数
1	総合工事業	15
2	道路貨物運送業	13
3	情報サービス業	11
3	医療業	11
5	飲食店	10



平成22年度

	業種	件数
1	社会保険・社会福祉・介護事業	20
<u>1</u>	医療業	20
3	情報サービス業	16
4	道路貨物運送業	15
5	食料品製造業	13

資料「脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について」（厚生労働省）

職場のメンタルヘルスの現状等④

精神障害による支給決定件数の多い職種

平成21年度

	職種	件数
1	商品販売従事者	27
2	一般事務従事者	25
3	自動車運転従事者	14
4～11	(略)	(略)
12	保健師、助産師、看護師	7



平成22年度

	職種	件数
1	一般事務従事者	36
2	商品販売従事者	33
3	自動車運転従事者	20
4	法人・団体管理職員	16
<u>5</u>	保健師、助産師、看護師	15

資料「脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について」（厚生労働省）

職場のメンタルヘルスの現状等⑤

東日本大震災の影響（年末の報道）

被災地で働く看護師

⇒ PTSDの疑い3割

⇒ 不安やうつは7割

※ 年末に大きく報道

⇒ 厚生労働省の調査（全産業）より高い水準

看護師のメンタルヘルス調査①

調査のきっかけ（平成20年）

医療現場における職場環境等の改善を通じた
人間工学・ストレス要因の評価（領域別）

①設備・機械

④人間工学

②作業環境

⑤仕事の情報伝達

③作業編成

⑥福利厚生 など



メンタルヘルス対策に効果的

看護師のメンタルヘルス調査①

調査のきっかけ（平成21年）

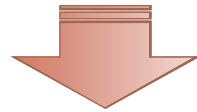
医療現場における電離放射線被ばくのリスク評価

関西地方にある公立病院（病床数613床，2009年の病床利用率93%）

医療従事者の被ばく調査を実施

→ 被ばくりスクの軽減化の成功

しかし、離職率の減少にはつながらず・・・



労働組合から離職率の低減化の相談を受ける

看護師のメンタルヘルス調査①

調査のきっかけ（平成21年）

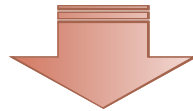
医療現場における電離放射線被ばくのリスク評価

離職率の多い部署として、

手術室

集中治療室

脳外科病棟 など



メンタルヘルス対策が必要

看護師のメンタルヘルス調査①

調査対象

手術室と集中治療室に所属する女性の看護師20 人
平均年齢:29 ± 4.6 歳

勤務形態:

2 交代制(日勤:8:00~16:00, 夜勤:16:00~8:00.)

変則2交代制(日勤:8:00~16:00, 変則:13:00~21:30,
夜勤:21:30~9:30)

3交代制(日勤:8:00~16:30, 準夜勤:16:00~24:30, 夜
勤:0:30~8:30.)

看護師のメンタルヘルス調査①

調査方法

無記名式質問紙調査

疲労評価；

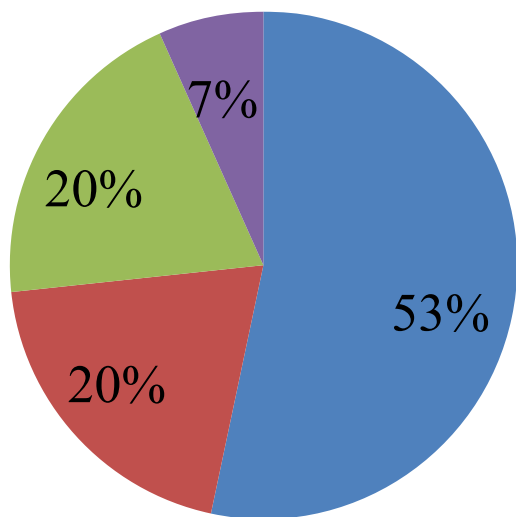
- 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト(13 項目と7 項目)
- 自覚症しらべ(25 項目)
- 蓄積的疲労徴候インデックスCFSI(81 項目)
- ストレス評価日本語版バーンアウト尺度(21 項目)
- 三木版看護師ストレスサー尺度(35 項目)
- 精神健康調査票(日本語版GHQ28)
- 職業性ストレス簡易調査票(57 項目)

自覚症しらべは日勤，準夜勤，夜勤の各直の勤務前後で記入させ，それ以外の質問紙は仕事の空き時間に記入させた

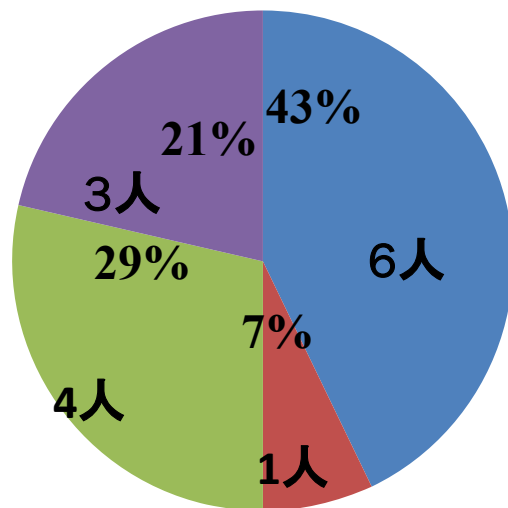
20 名中15 名(平均年齢:29 ± 4.6 歳. 勤務形態:2 交代制= 手術室1 人, 変則2 交代制= 手術室5 人, 3 交代制= 集中治療室8 人, 不明= 手術室1 人)の質問紙を回収した(回収率75%)

表1 対象者の特性等 (n=15)

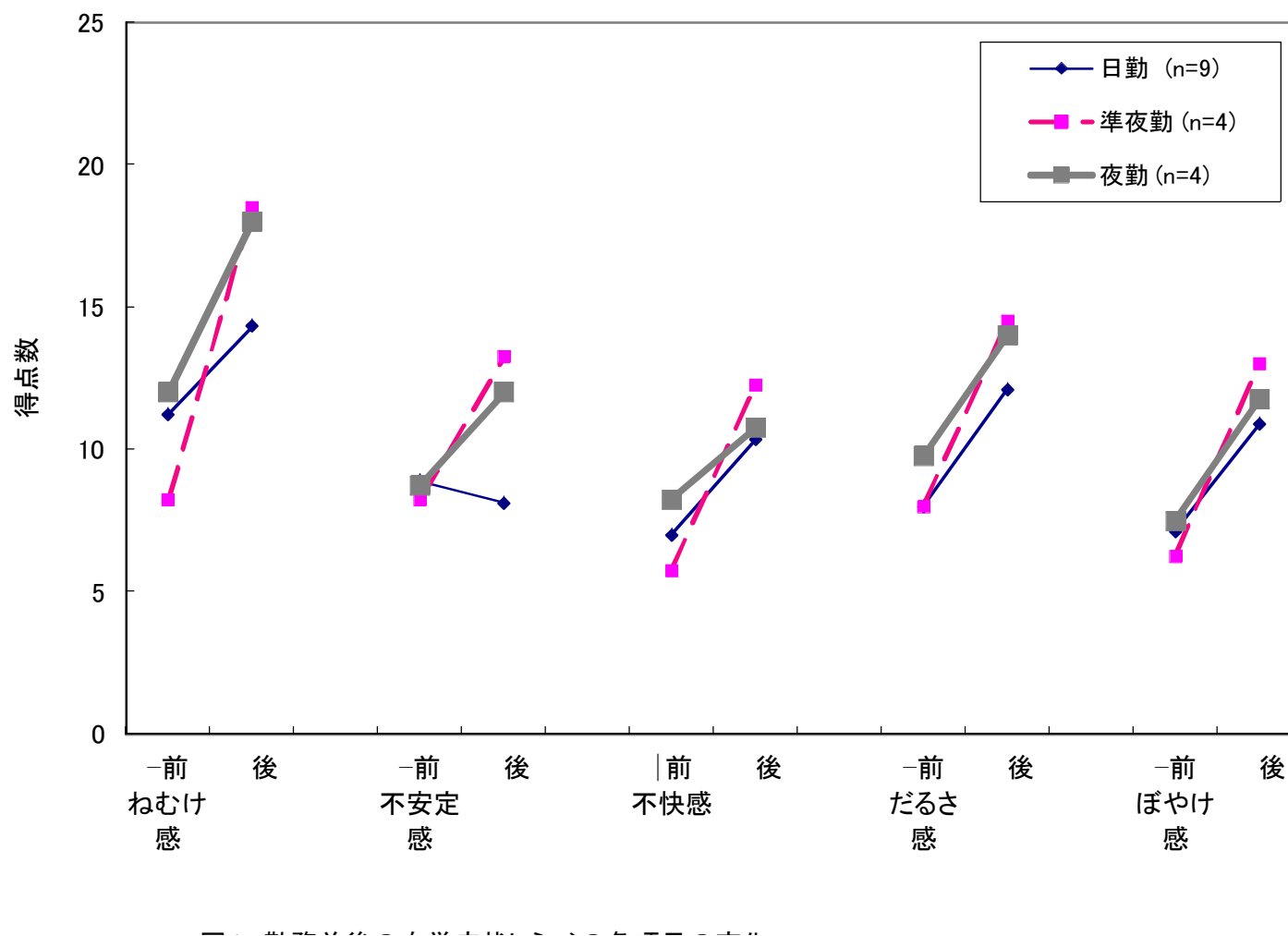
対象者	性別	年齢	婚姻	勤続年数	現在の 従事年数	転職年数	勤務形態	休日出勤	1ヵ月の 平均残業	家族との 同居
手術室1	女	24	未婚	2年7ヵ月	2年7ヵ月	なし	変則2交代	たまにある	1	同居
手術室2	女	29	未婚	4年7ヵ月	4年8ヵ月	2回	変則2交代	たまにある	1.5	一人暮らし
手術室3	女	36	未婚	7年11ヵ月	15年	なし	変則2交代	たまにある	6	同居
手術室4	女	26	未婚	5年6ヵ月	5年6ヵ月	なし	変則2交代	よくある	12	一人暮らし
手術室5	女	28	既婚	2年5ヵ月	2年5ヵ月	なし	2交代	よくある	10	一人暮らし
手術室6	女	26	未婚	2年7ヵ月	2年7ヵ月	なし	変則2交代	たまにある	1	同居
手術室7	女	35	既婚	13年6ヵ月	9年6ヵ月	なし	未記入	たまにある	20	同居
ICU1	女	27	既婚	5年	6ヵ月	なし	3交代	よくある	1~2時間	同居
ICU2	女	25	未婚	4年10ヵ月	4年10ヵ月	なし	3交代	たまにある	—	同居
ICU3	女	23	未婚	2年11ヵ月	2年12ヵ月	—	3交代	よくある	—	同居
ICU4	女	30	既婚	8年11ヵ月	2年11ヵ月	なし	3交代	よくある	—	同居
ICU5	女	31	既婚	7年8ヵ月	7年9ヵ月	なし	3交代	よくある	5~10	同居
ICU6	女	—	—	13年6ヵ月	13年6ヵ月	なし	3交代	たまにある	10	同居
ICU7	女	31	未婚	4年7ヵ月	10年7ヵ月	3回	3交代	よくある	5~6	同居
ICU8	女	38	未婚	13年8ヵ月	15年	1回	3交代	よくある	10	一人暮らし



バーンアウトの比率

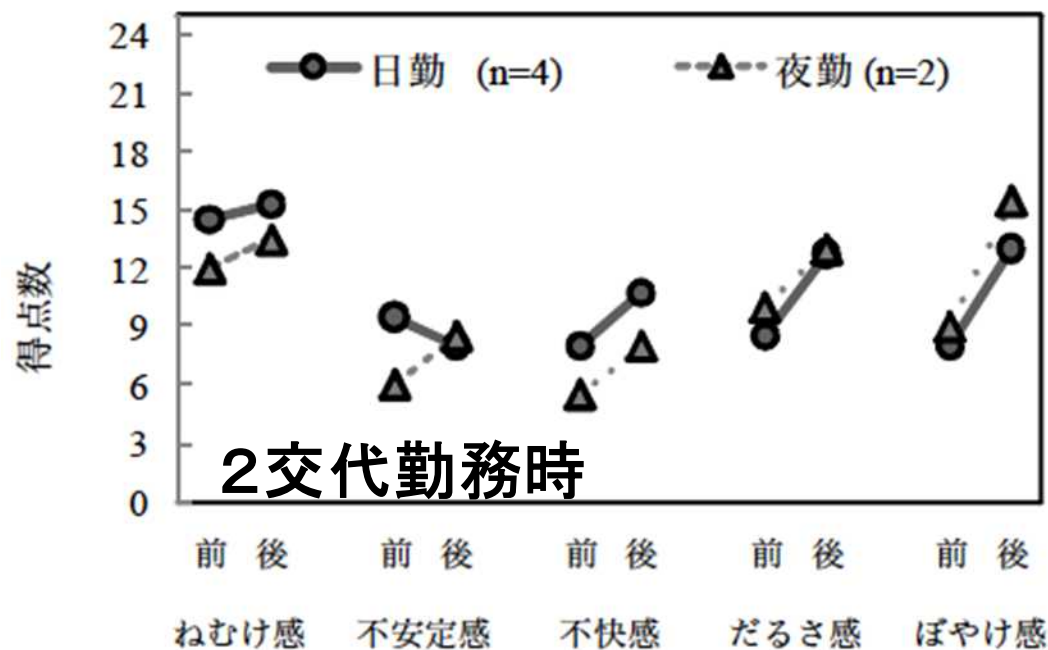
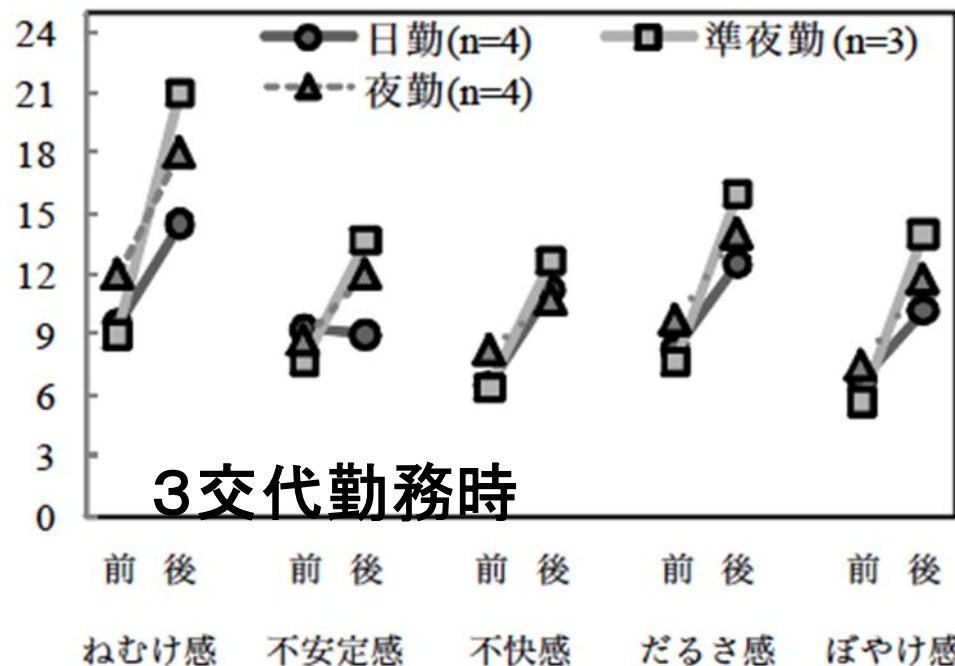


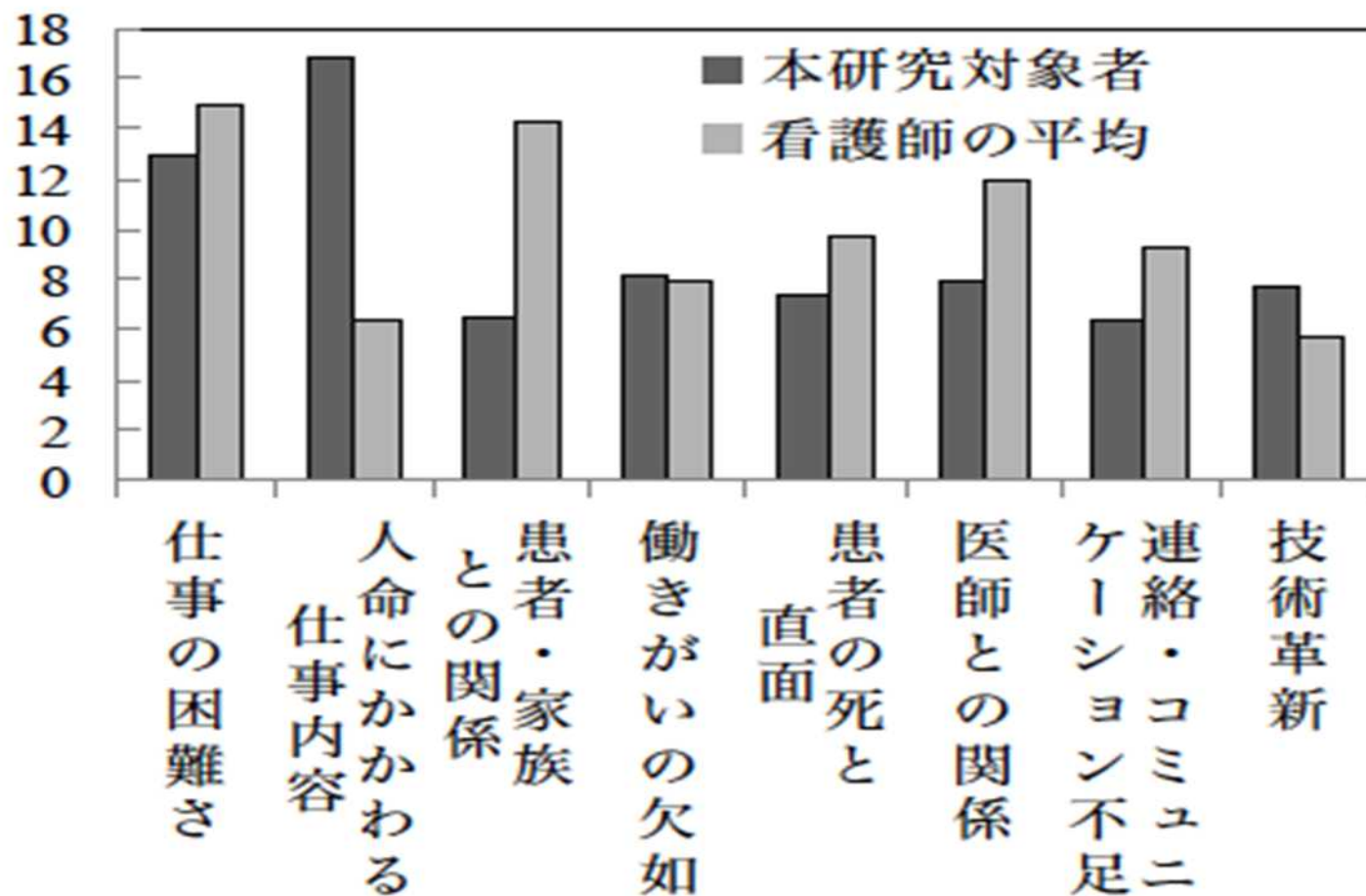
仕事の負担度の人数比率(n=15)



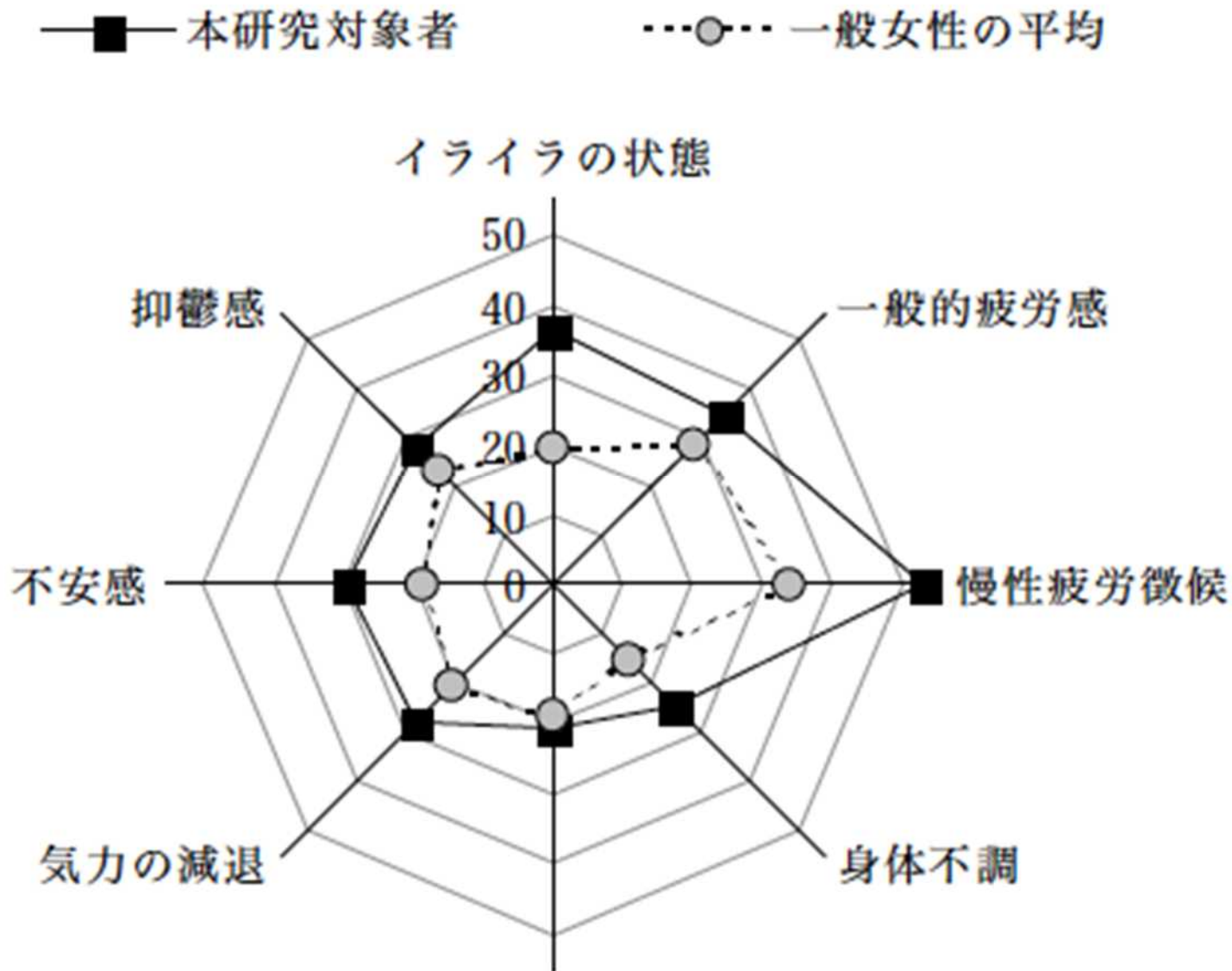
自覚症しらべの勤務前後での各項目の変化の関係(n=11)

得点数

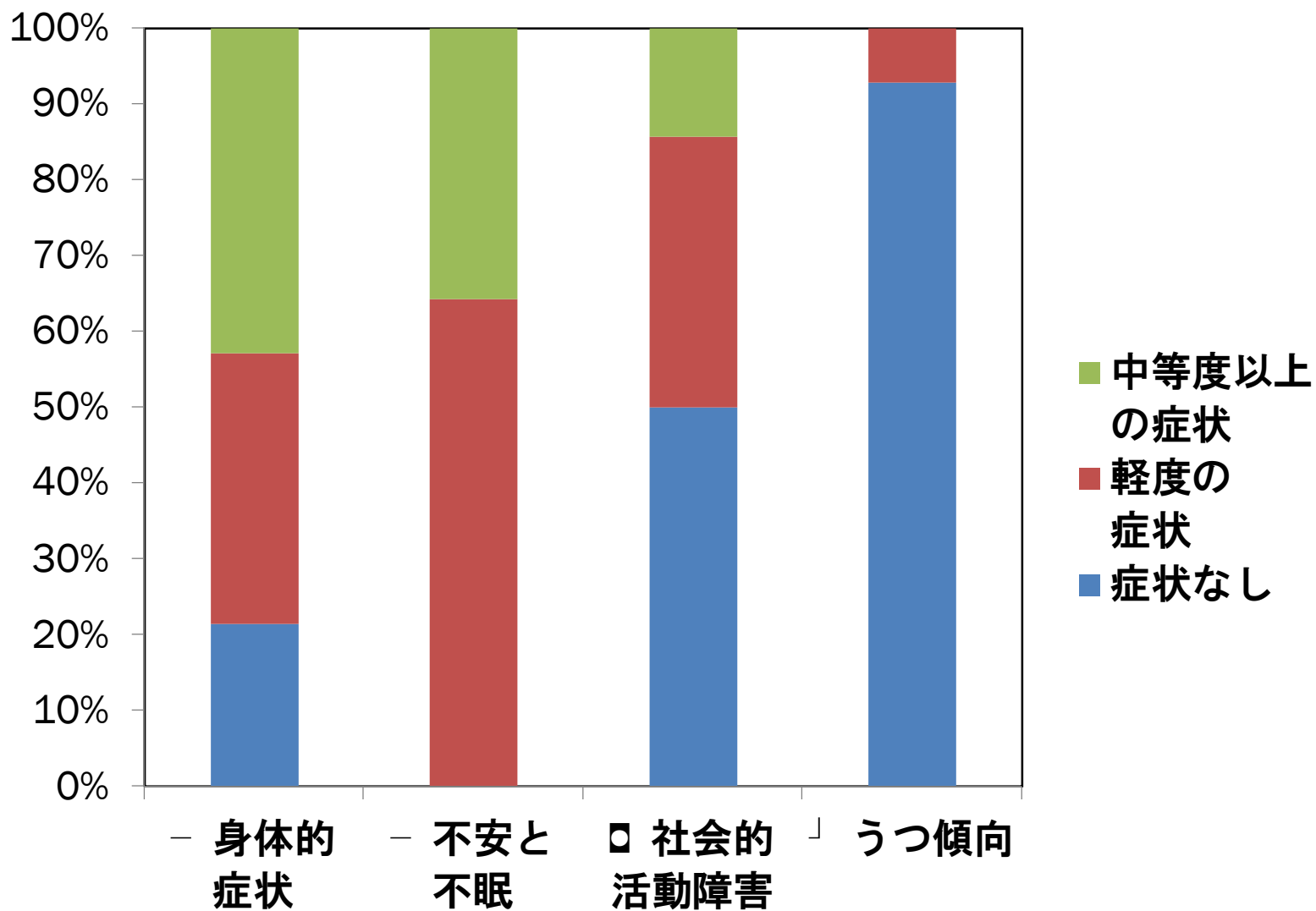




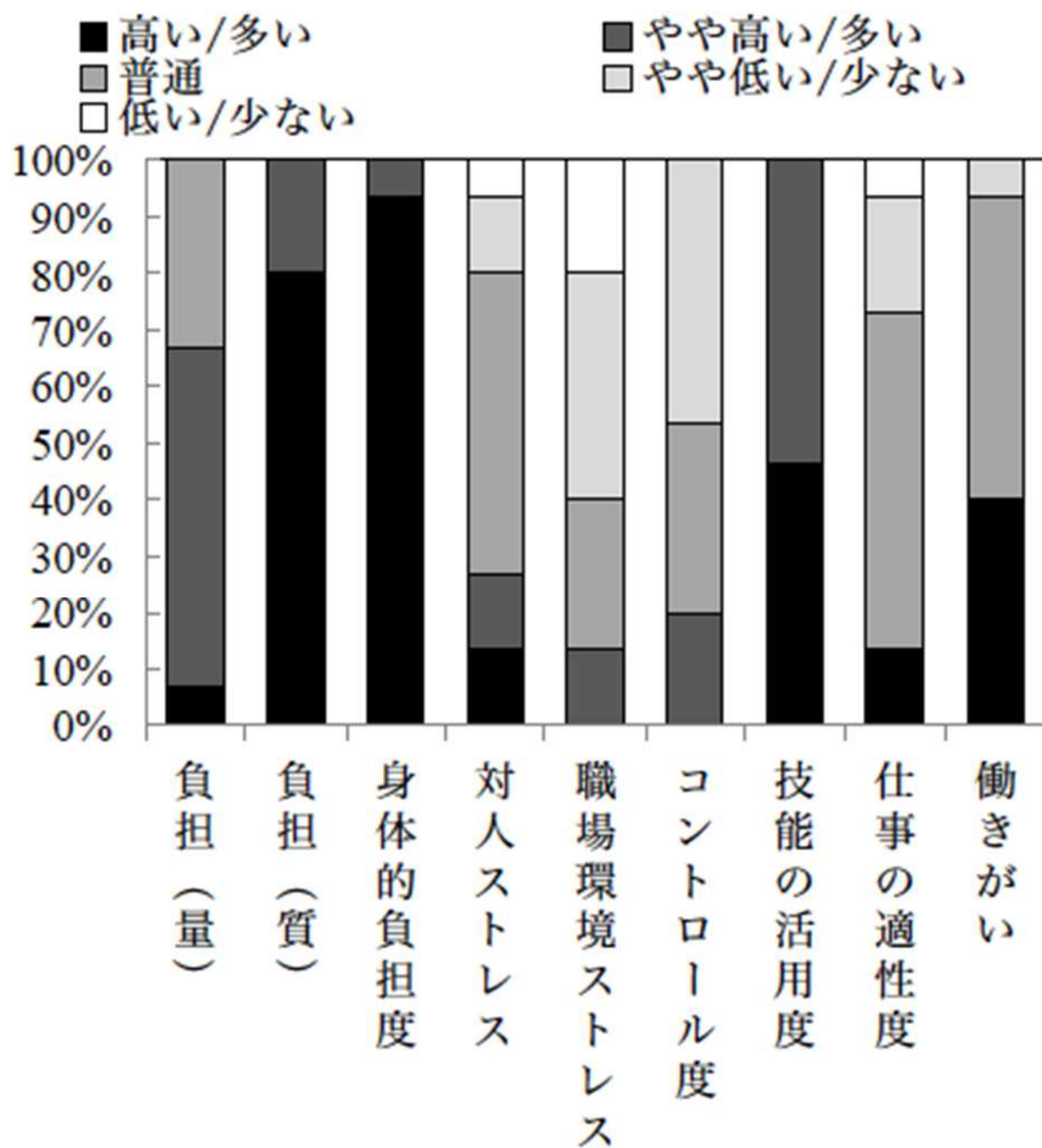
三木版看護師ストレス尺度の各項目の得点



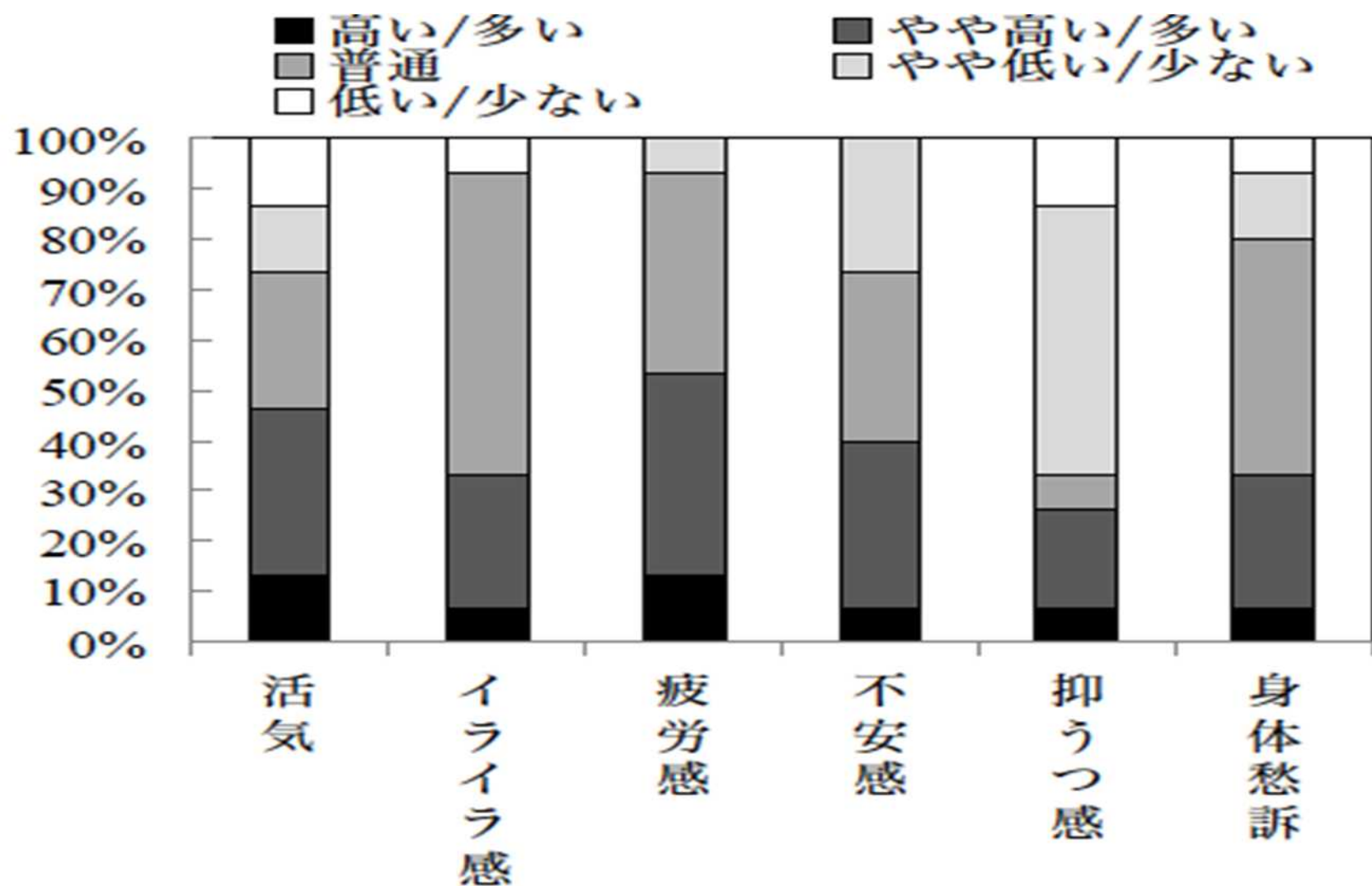
蓄積疲労徴候インデックスの訴え率のパターン(n=13)



精神健康調査票の各項目の人数比

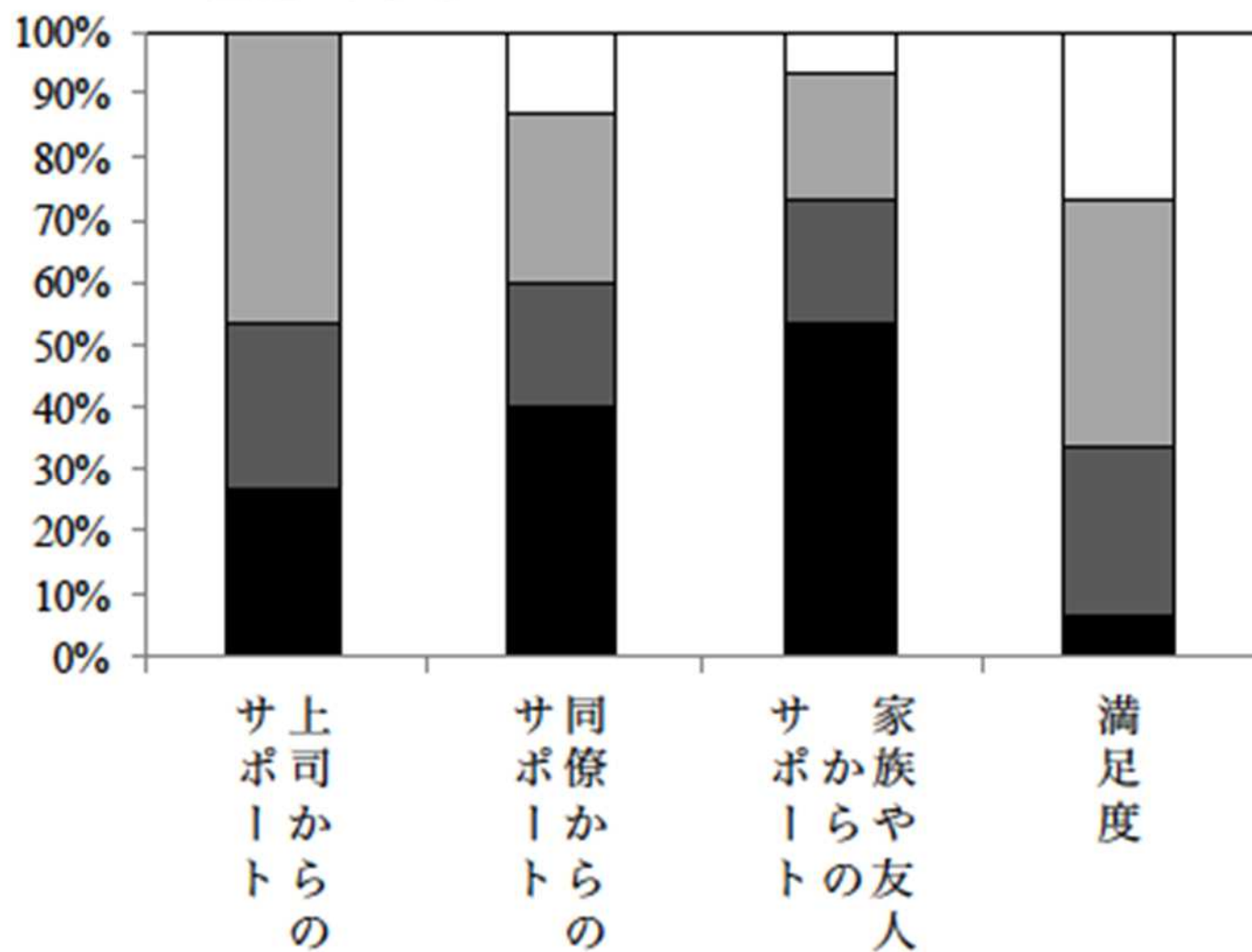


ストレスの項目と考えられる項目と考えられる因子の結果 (n=15)



ストレスによっておこる心身の反応の結果 (n=15)

- 高い/多い
- やや高い/多い
- 普通
- やや低い/少ない
- 低い/少ない

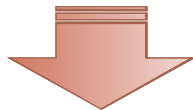


ストレス反応に影響を与える他の因子の結果 (n=15)

看護師のメンタルヘルス調査①

課題

精神健康調査から、身体的症状、不安や不眠の訴えが非常に高いことから、不安や不眠を改善するための職場の交代制勤務体制の改善が必要



調査結果、課題を踏まえた対策

メンタルヘルス対策

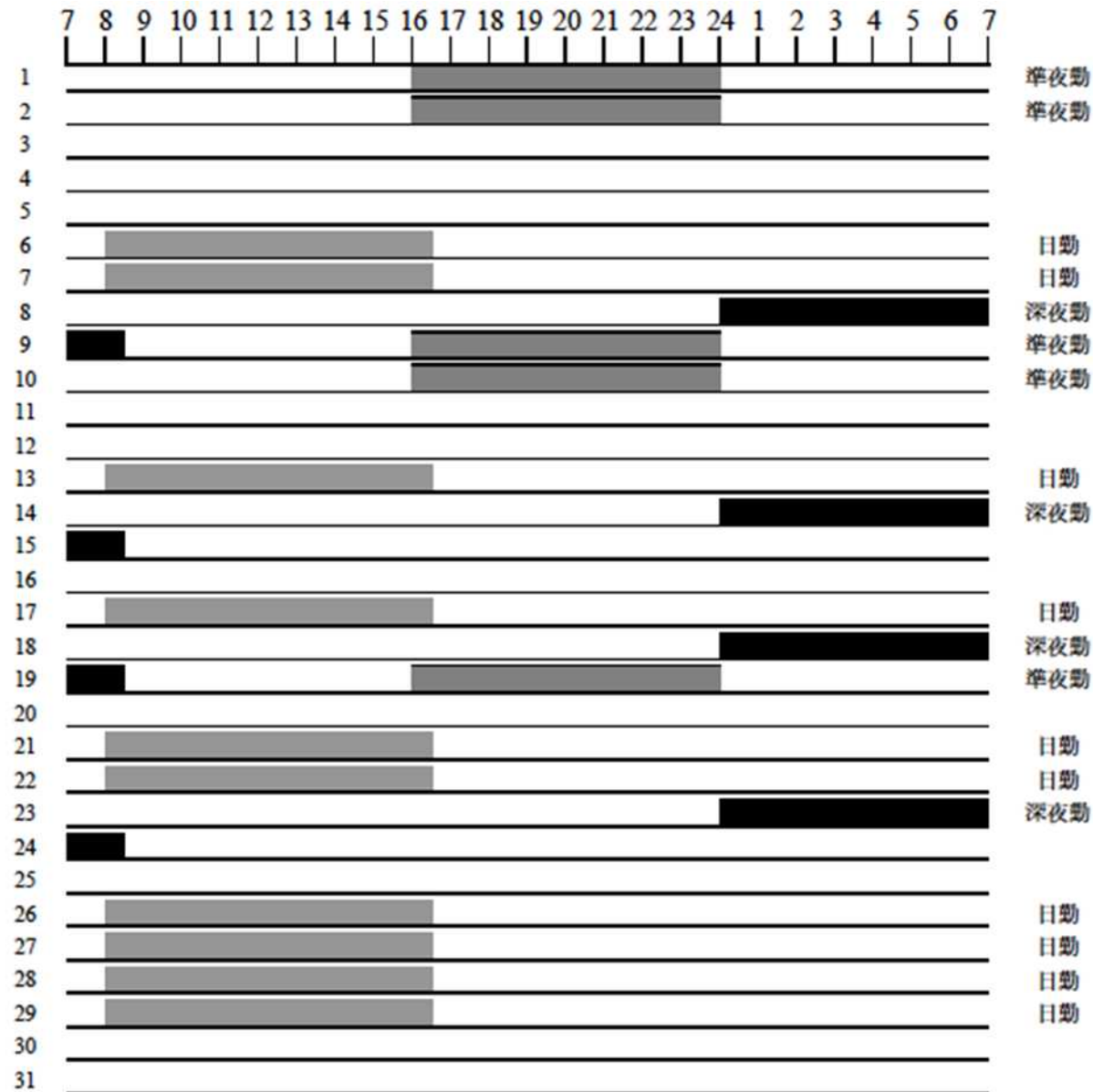


図9.1 ICU1 の一ヶ月の勤務例

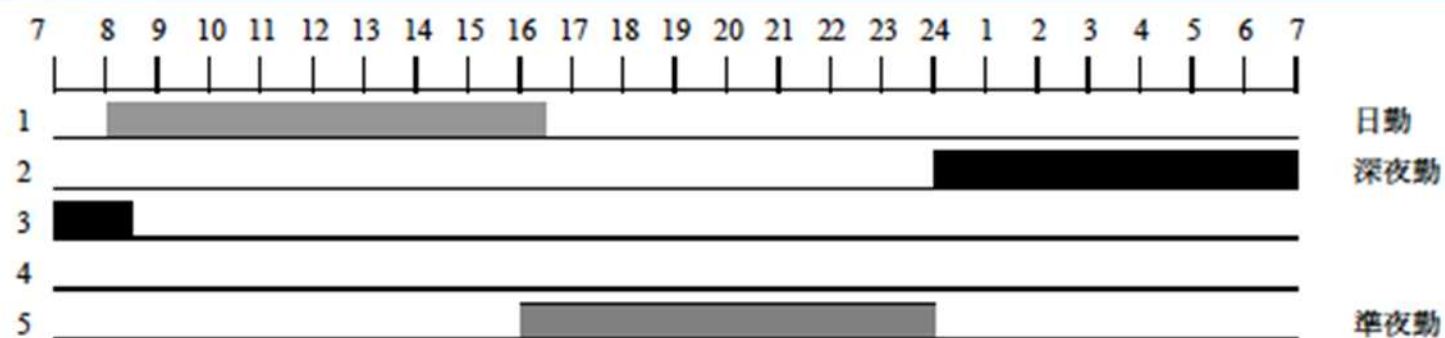


図 9.2 深夜勤明けの勤務体制の例

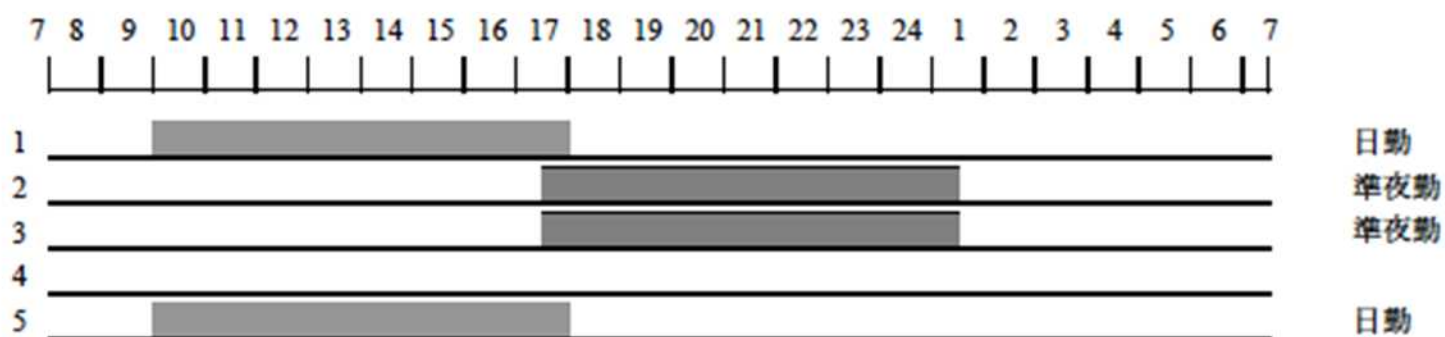


図 9.3 深夜勤明けの勤務体制の例

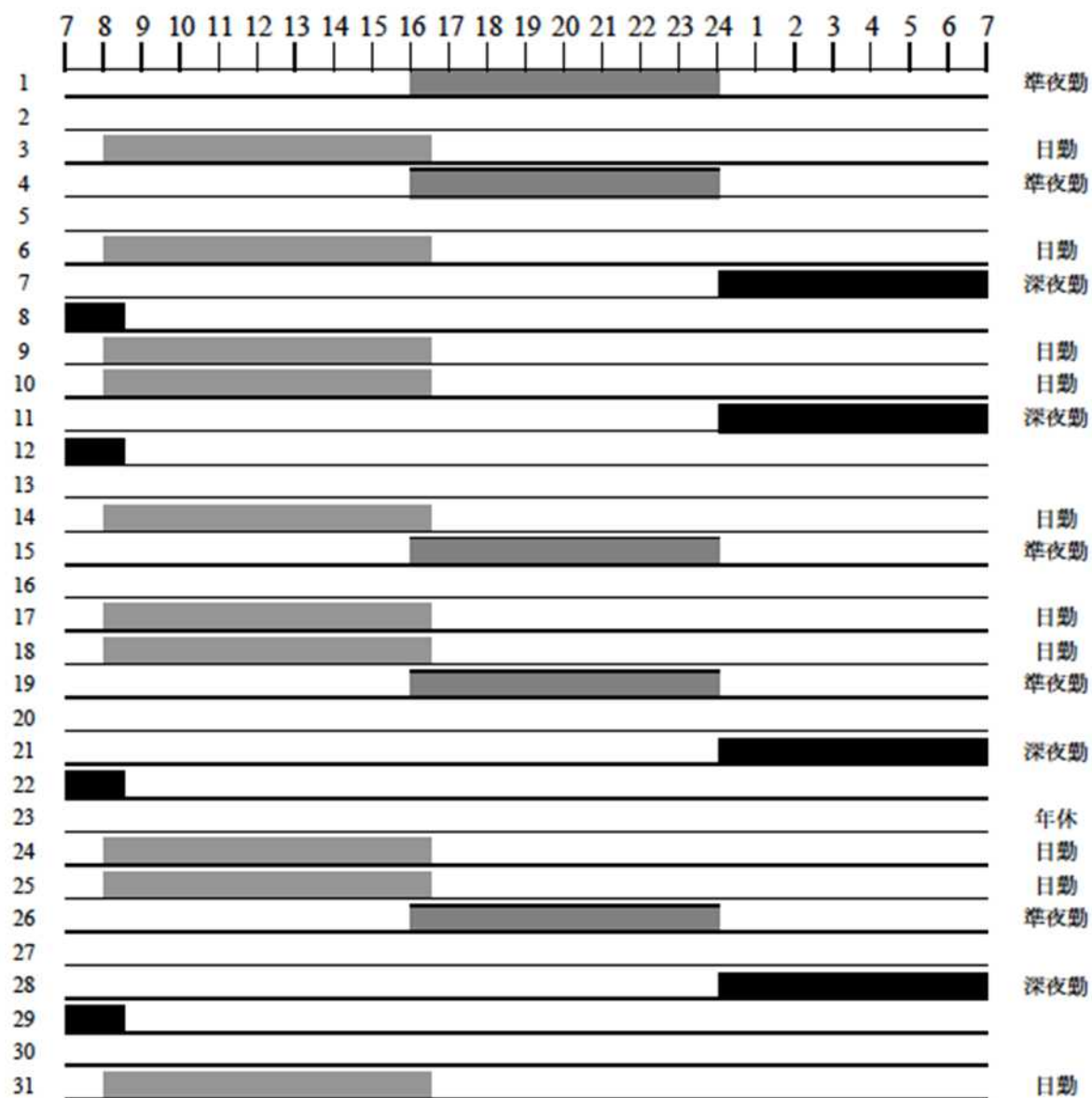
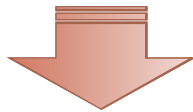


図9.4 一ヶ月の勤務改善例

看護師のメンタルヘルス調査

メンタルヘルス対策

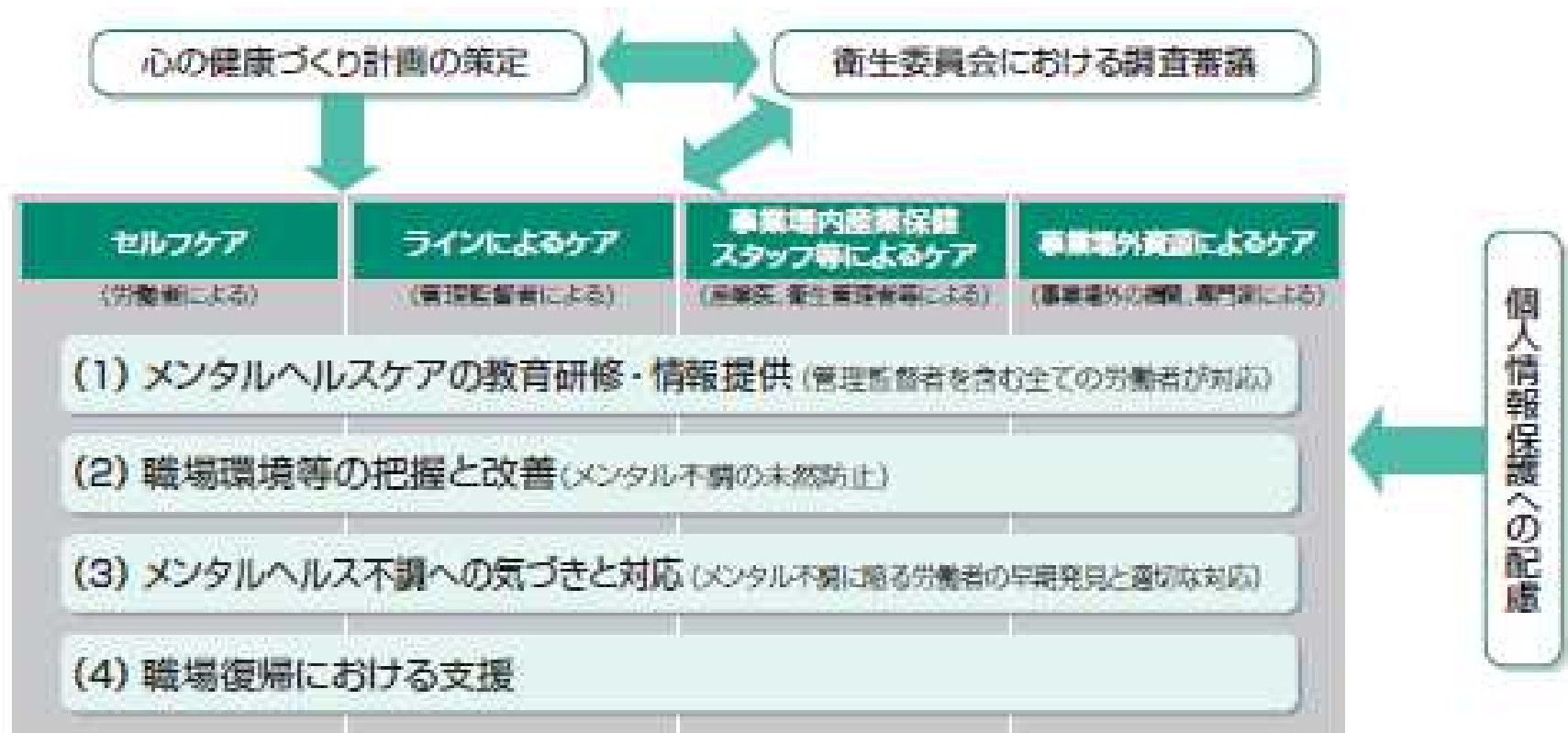
交代制勤務体制の改善内容としては、夜勤・準夜勤業務の回数を減らす、夜勤連続勤務体制を見直し、夜勤の次の日は休日にする等の改善が必要



更なる課題

厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その1)

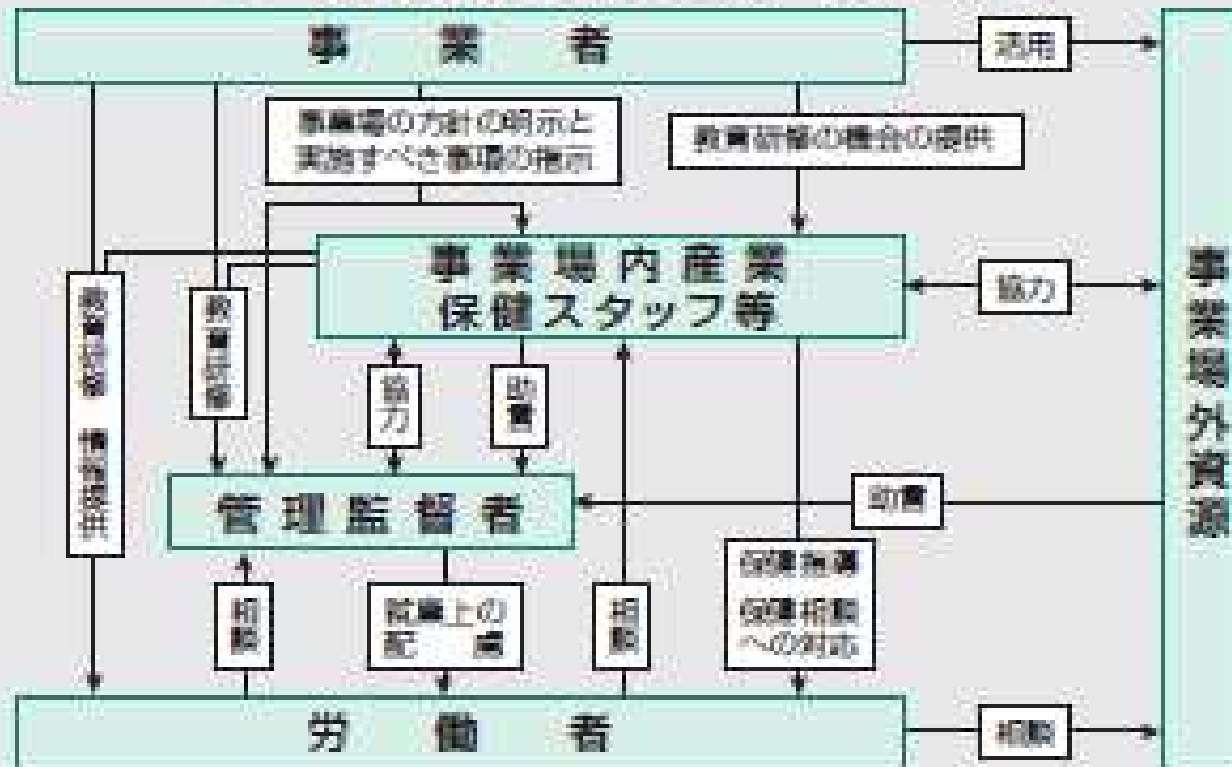


関係者の連携が必要

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その2)

図 事業場におけるメンタルヘルス体制例

```
graph TD
    Employer[事業者] -- 適用 --> Offsite[事業場外資源]
    Employer --> Policy[事業場の方針の明示と  
実施すべき事項の指示]
    Employer --> Training[教育研修の機会の提供]
    Policy --> Inhouse[事業場内産業保健スタッフ等]
    Training --> Inhouse
    Inhouse <--> |協力| Offsite
    Inhouse -- 協力 --> Manager[管理監督者]
    Inhouse -- 助言 --> Manager
    Manager -- 相談 --> Workers[労働者]
    Manager -- 就業上の配属 --> Workers
    Manager -- 助言 --> Workers
    Inhouse -- 保健指導 保健相談への対応 --> Workers
    Workers -- 相談 --> Offsite
    Employer --> Info[教育研修 情報提供]
    Info --> Workers
```



厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その3)

メンタルヘルスケアを推進するための 教育研修・情報提供

労働者、管理監督者、事業場内産業保健スタッフ等に対し、それぞれの職務に応じた教育研修・情報提供を実施。なお、事業場内に教育研修担当者を計画的に養成することもある

厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その4)

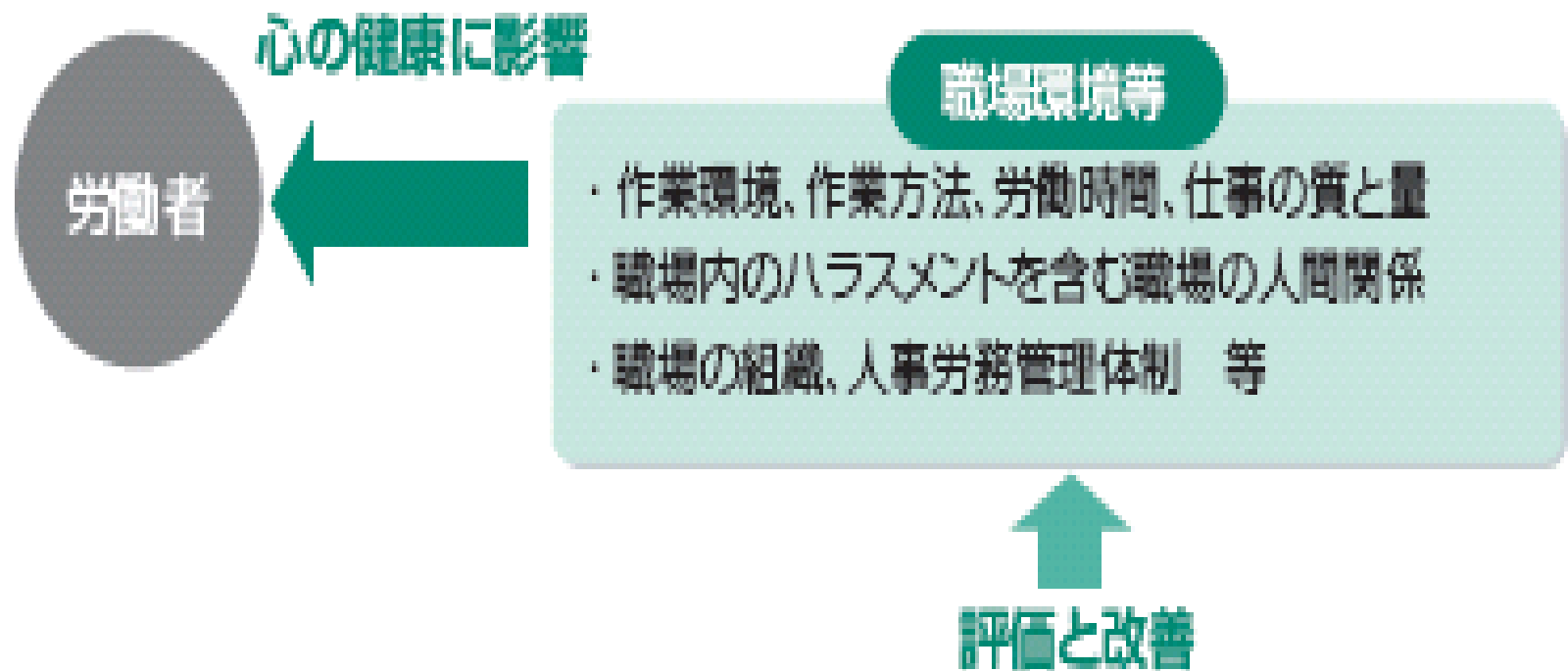
職場環境等の把握と改善

労働者の心の健康には様々な要因が影響を与えることから、職場環境等を評価して問題点を把握するとともに、その改善を図る。

厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その5)

職場環境等の把握と改善



厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その6)

メンタルヘルス不調への気づきと対応

メンタルヘルスケアにおいては、ストレス要因の除去又は軽減などの予防策が重要ですが、万一、メンタルヘルス不調に陥る労働者が発生した場合に、その早期発見と適切な対応を図ることが必要

体制の整備が必要！

厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その7)

メンタルヘルス不調への気づきと対応

- 労働者による自発的な相談とセルフチェック
- 管理監督者、事業場内産業保健スタッフ等による相談対応
- 労働者の家族による気づきや支援等

厚生労働省のメンタルヘルス対策

メンタルヘルスケアの具体的な進め方(その8)

職場復帰における支援

メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、就業を継続できるようにするため、衛生委員会等において調査審議し、職場復帰支援プログラムを策定するとともに、その実施に関する体制整備やプログラムの組織的かつ継続的な実施により、労働者に対する支援を実施

ご清聴ありがとうございました。

