

原著

介護職員の疲労自覚症状調査—日勤・夜勤の 疲労自覚症状と仮眠による影響—

緒方正名¹⁾ 土居真樹子²⁾

岡山健康医療福祉専門学校¹⁾

川崎医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科 医療福祉学専攻²⁾

1999-11-10 00:00:00+09受理

A Survey on Subjective Symptoms of Fatigue -- – Complaints of Fatigue among Workers Engaged in Day and Night Shifts and the Effect of Taking a Nap ---

Masana OGATA¹⁾ and Makiko DOI²⁾

Okayama, 703-8256, Japan¹⁾

Doctoral Program in Medical Social Work Graduate School of Medical Welfare Kurashiki, 701-0193, Japan²⁾

(Accepted 1999-11-10 00:00:00+09)

Key words: care worker, fatigue, subjective symptoms, night shift, nap

Abstract

Complaints of fatigue in 38 care givers working day and night shifts in the special nursing home for the aged were surveyed. The results obtained were as follows. 1. Complaints of feeling fatigued on the day shift were general type in nature and those on the night shift type were due to the particular condition of night work. 2. Care givers on the night shift felt more fatigue than those on the day shift. 3. Just after taking a nap, care givers, felt more fatigued, and had greater difficulty concentrating on their duties. Therefore, greater care must be taken to protect against unnecessary accidents the care of patients. 4. The care workers started the night shift at 4 p.m. and finished 8 a.m. in the next day. They then rested all day until starting work at 4 p.m. 5. The highest number of complaints of fatigue on the day shift were found on the second day of three day shifts. Results of the survey suggest that working methods, including how to take rest, must be changed to decrease fatigue among workers engaged in the care of the elderly.

要約

本調査は、施設に勤務する介護職員の疲労度の実態を知り、疲労対策の基礎資料とすることを目的として行った。すなわち、日本産業衛生学会・産業疲労研究会が作成した「疲労自覚症状しらべ」の質問表を用い、特別養護老人ホーム4カ所において高齢者の介護に携わっている介護職員女性34名を対象調査とした。その結果を以下に示す。1.日勤業務は「一般作業型」であるが、夜勤業務は「精神作業(夜型)」の傾向が認められた。2.ほとんどの調査項目において、日勤よりも夜勤の方が作業後の疲労の訴え及び作業による疲労の訴え(作業後の訴えー作業前の訴え)の増加率が高くなっていた。3.仮眠を摂った直後に、疲労自覚症状の訴え率が仮眠前と比べて増加することが明らかになった。特に眠気とだるさ及び注意集中の困難を示す項目の増加が著しかった。その為、仮眠直後は業務上の事故を起こしやすいことが推定され、その対策が必要と考えられた。4.夜勤とその前後の休息について検討したが、午後4時より翌日8時までの夜勤明けの第一日と次の日の休息でほぼ夜勤後の訴えは、回復している。5.夜勤後の日勤(連続3日間の日勤が続く)の作業前の疲労自覚症状では、日勤開始後第二日目の作業前の自覚症状の訴え数が多かった。以上を総括して、介護職員の休息の摂り方、作業方法等を検討し、疲労の軽減を図っていく必要があると推測された。
