

総合病院看護師の勤務条件と 職業性ストレスおよび疲労蓄積との関連についての調査研究

主任研究者 鳥取産業保健推進センター相談員 芦村 浩
共同研究者 鳥取産業保健推進センター 所長 川崎 寛中
鳥取産業保健推進センター相談員 井上 雅勝

I 調査の目的

本調査は、総合病院で働く看護師の健康問題について理解を深めるために、勤務条件と疲労蓄積および職業性ストレスとの関連性の実態を明らかにし、病院組織で取り組むべく看護師の労働条件の改善および健康障害の防止について、具体的対策を講じていくための基礎資料として活用することを目的に実施した。

II 調査の対象と方法

鳥取県内にある総合病院から6施設を選定し、そこに勤務する看護師1903名を対象に、質問調査票（自己記入による記名方式）を用いて実施した。質問内容は、属性、勤務状況、健康状況、および職業性ストレスに関する質問で構成した。なお、職業性ストレスに関する質問は、57項目から成る「職業性ストレス簡易調査票」をそのまま使用し、調査終了後親展の封筒へ入れ個人情報が入らない方法で本人にフィードバックした。本調査では、対象とした看護師1903名のうち、回答のあった1613名について集計した。（回収率84.8%）

III 調査の結果

1. 対象者の属性

対象者は、1613名の看護職員で男性55人(3.4%)、女性1558人(96.6%)であり、年齢構成では、20代666人(41.3%)が最も割合が高かった。また勤続・経験年数は共に10年以上の看護師の割合が高かった。

2. 対象者の勤務状況

① 2 交替勤務者の状況

2 交替勤務者の夜勤回数は、月3~4回に集中しており、平均4.4日であった。夜勤時の平均休憩時間は、

「30~60分」が148人(46.7%)、次いで「60~120分」が81人(25.6%)であり、平均は80.66分であった。また、夜勤時休憩時間中の平均仮眠時間は、「30分から60分」が124人(39.0%)、次いで「60分以上」が120人(37.7%)だったが平均仮眠時間は69.38分であった。「仮眠時間なし」の回答者が23人(7.2%)あった。

② 3 交替勤務者の状況

3 交替勤務者の準夜勤務の回数は、4~5回が65%を占め、月平均4.5回であった。準夜勤務時平均休憩時間は、「休憩なしを含む30分以下」が80.5%と約8割にのぼった。また深夜勤務の回数は、4回が357人(43.0%)と多かった。深夜勤務時平均休憩時間は、529人(63.8%)が「休憩なしを含む30分以下」がとし、「60分以上」は44人(5.3%)にすぎなかった。さらに深夜勤務時の平均仮眠時間は、「なし」が559人(87.5%)で全体の9割近い看護師が休憩をとっていない状況である。

③ 日勤時の休憩時間

日勤時の平均休憩時間は、「30~45分」が887人(55.7%)と最も多く、日勤時の平均休憩時間は37.9分で、45分を下回っている。

④ 時間外労働

時間外労働について、「時間外労働なしを含む10時間未満」が60.3%と全体の6割を占める。なお45時間以上は29人(1.8%)であった。

⑤ 年次有給休暇の取得について

調査前年(2007年1月から12月)1年間の有給休暇の取得総日数についてたずねたところ、有効回答数は1154件であった。「6~10日」の取得の割合が高く、全体の45.4%(524人)を占める。なお、平均取得日数は、8.95日だった。

3. 対象者の健康状況

① 健康状況について

健康状態について、853人(52.9%)は「良好である」と自覚している。「不調である」「やや不調である」具体的理由(自由記載)として、871人の回答を得たが、その結果「疲労感」が179人と最も多く、次いで「腰痛」、「不眠・睡眠不足」、「頭痛」、「肩こり」、「倦怠感」といった疲労感・疲労に伴う身体愁訴をあげる回答が上位を占めている。

② 平均睡眠時間

平均睡眠時間は、「6時間」が730人(45.3%)と最も多かったが、「5時間未満」と答えた看護師は77人(4.8%)あった。調査平均は6.05時間だったが、看護師の睡眠時間がやや不足していることが伺える。

③ 身体的疲労感、精神的疲労感

身体的疲労感・精神的疲労感について、「とても感じる」「やや感じる」をあわせて9割以上の看護師が疲労を感じている(身体的疲労94.4%、精神的疲労92.6%)。

④ 仕事での強い不安・悩み・ストレス

仕事での不安・悩み・ストレスについて、「いつも感じる」「やや感じる」をあわせて88.4%が自覚している。

⑤ 疲労の回復状況

仕事で疲労を感じたときの回復状況について、「翌日になっても疲労が残ることがいつもある」「よくある」「時々ある」と回答したのが87.5%にのぼり、看護師は疲労回復が翌日にずれ込むと答えている。なお、「一晩睡眠をとれば翌日には回復する」と答えた看護師は201名(12.5%)に過ぎなかった。

4. 職業性ストレス簡易調査

職業性ストレス簡易調査票は、標準化得点を用いた方法により解析し、5段階評価で実行した。職業性ストレス要因を中心に分類した結果、看護師では1613名中1059名(65.7%)は、判定1(5段階評価のうち最もストレス度が高いもの)に入る高い要因を1つ以上示しており、このうち428名(26.5%)にストレス反応をみた。

① 仕事のストレス要因

ストレスの原因と考えられる因子について、「高い」「やや高い」を合わせた「ストレス要因を感じる割合」は、「仕事の質的負担」が81.4%、「身体的負担」が81.7%で8割を超えている。次いで「仕事の量的負担」が47.3%と高かった。

② ストレス反応

ストレスによっておこる心身の反応について、「高い」「やや高い」を合わせた「ストレス反応が高いと感じる割合」は、「疲労感」が44.1%と最も高かった。

③ 社会的支援度

ストレス因子とストレス反応との関係を修飾する因子について尋ねた。調査結果からは全体的に社会的支援が得られ、満足度も得られている。

5. 勤務条件からみた特性格愁訴

勤務条件と健康状況および心身のストレス反応について検証したところ、内科系病棟に愁訴率が高く、2交替勤務は低い結果であった。

IV 考察

今回の調査結果から、看護師の疲労状態が明らかとなった。身体的疲労感、精神的疲労感、疲労回復状況は、特に内科系病棟・3交替勤務において他の群よりも高い値を示したことから、職場での忙しさや労働負荷の大きさが、看護師の疲労に強く反映するものと思われる。職業性ストレス調査結果においても、疲労感同様な結果が得られた。このような状況が継続された場合、離職やバーンアウトという問題も示唆されるため、健康管理について看護師自身が考えていくとともに、病院組織全体として勤務条件の検討、職場環境等の改善への積極的取り組みが急務とされ、適切な労務管理および、快適職場環境が不可欠であることを認識する必要がある。なお、今回は調査項目には入れていないが、子育てに伴う負担、看護業務やそれ以外の教育研修、委員会等の業務の負担が加わり、ストレス・疲労が増していることも可能性の高い要因としても考えられるため、今後の追跡調査・検討が必要である。