

MINATO COLUMN 2

2021年5月発行

テーマ

集中治療後症候群（PICS）

～ICU入室から社会復帰を見据えた取り組み～

リハビリテーション部 理学療法士
集中治療科主任診療部長 兼 集中治療部長前田 明人
中村 利秋

PICSとは

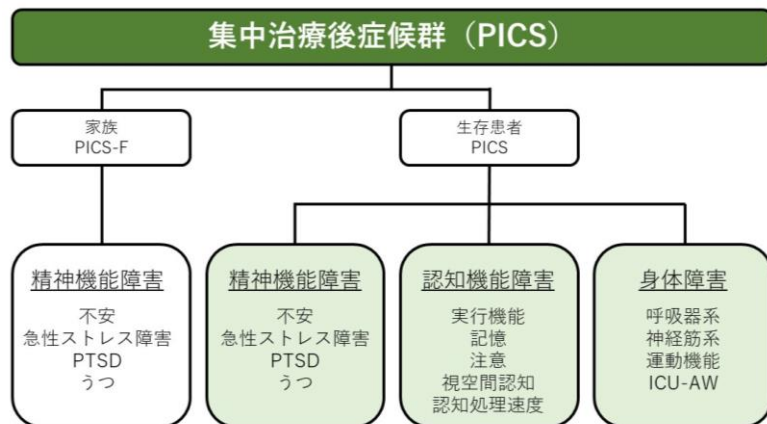
集中治療後症候群（post intensive care syndrome：PICS）とは、集中治療室（intensive care unit：ICU）入室中あるいはICU退室後、さらには退院後に生じる**身体機能・認知機能・精神機能の障害**で長期予後に影響を与える病態です。

PICS発症の危険因子は大きく4つに分類できます。①疾患および重症度（敗血症、ARDS、長期人工呼吸管理、せん妄、安静臥床など）②治療・ケア介入（薬物投与、吸引刺激）③環境要因（アラーム音、光）④精神的要因（不眠、不安など）種々のストレス、自分の疾患や経済面、家族の不安

これらが複雑に絡み合い、PICS発症に関わっているとされています。

なぜ今PICSがクローズアップされているかという点、それは今日の集中治療医学の進歩により、患者生存率が改善した結果、ICU患者さんの多くが、ICU退室後も続く長期的な身体機能・認知機能・精神機能の障害により、社会復帰や日常生活を送ることに困難を感じていることが、明らかとなってきたからです。そして集中治療領域のアウトカム評価として、ICU患者さんの長期的な生活の質にいっそう関心が向けられるようになってきています。PICSは今日の集中治療医学の進歩による生存率改善や現代の超高齢社会を背景とした、集中治療医学分野の解決すべき新たな重要課題であります。

今回、PICSに対する当院リハビリテーション部の取り組みを紹介したいと思います。



PICSに対する当院リハビリテーション部の取り組み

PICSの発症率を低下させるためには、危険因子を予防または最小限に止めることが重要です。ICU入室患者さんに対し、原疾患の治療と並行し、医師の指示のもと、多職種と連携し安全に早期リハビリテーションを実践し、運動療法、せん妄対策、環境調整に関する介入を行いPICS予防に積極的に取り組んでいます。

取り組み① 早期リハビリテーション

PICSがもたらす代表的な身体機能障害のひとつに**ICU-acquired weakness（ICU-AW）**があります。ICU-AWはICU入室中に生じる急性のびまん性筋力低下を指します。早期リハビリテーションはICU-AWに対する予防効果が報告されています。

人工呼吸管理中や中心静脈カテーテル留置中のような重症患者においても、バイタルサインの変動に注意しながら、四肢自動他動運動や、端座位や起立、歩行練習、早期ADL練習を開始しています。

当院ICUで実施している
早期リハビリテーション
介入やICU日記について
の説明動画です。
ぜひご覧ください。



取り組み② ICU日記

ICU入室患者さんの多くは入室中の記憶がなく、全身状態が良くなることで意識がはっきりした時に、ICUの環境や自分の置かれている状態に驚き、そして混乱します。これがPTSDや認知機能障害に関連すると言われています。ICU日記は、治療や看護ケア、リハビリテーションの様子を写真付きの日記で残すことで、ICU入室中に失われていた記憶を補完し、患者さん自身に何があったかを伝える資料になります。

患者さんが日記を見返すことで、現在自身に起きている状況の把握を促し、せん妄・不安・抑うつ・PTSD発症の予防効果があります。

また、通常面会制限があるICUでは、日記を通して、家族がリハビリテーションの進行具合や入室中の様子を知ることができるコミュニケーション手段の一つとしても役立っています。実際、作業療法士が中心となって、看護師や患者家族、患者さん自身に日記をつけてもらっています。



年 月 日 曜日



より

ICU入室、検査、月 日 以来、日中より声と呼吸
することができ、多くの看護士さんのおかげで、お世話さ
せていただきました。少しづつリハビリを頑張りたいです。

リハビリ より

毎日 看護士さんのおかげで、看護士の
リハビリで、体 さんの力を借りながら
頑張りたい。明日はもう 自分で歩きたいです。

取り組み③ ICU室内の環境調整

ICU入室中は可能な限り快適な療養環境になるように看護師と連携し室内の温度、照明に配慮し、騒音やアラーム音を減らし、日中は眼鏡や補聴器などで感覚入力の援助を行っています。また時計やカレンダーの設置、新聞、ラジオや音楽を利用し認知的活動を通した見当識障害の対策にも取り組んでいます。



おわりに

当院のリハビリテーション部には、理学療法士29名、作業療法士10名、言語聴覚士9名、視能訓練士2名、公認心理士1名、リハアシスタント3名の計54名が在籍し（2021年4月時点）、日々の臨床業務に励んでいます。



集中治療部からは年間748件（2020年度）のリハビリ処方を受けて、早期のリハビリテーションの実践に努めています。

ICU入室後、早期の社会復帰のためには、PICSをいかに予防するかが重要です。今後ともチーム一丸となって、患者さんとそのご家族がよりスムーズに社会復帰できるように支援して参ります。