

ネパール国カトマンズ盆地における慢性呼吸器疾患患者の 早期社会復帰支援に向けての取り組み —呼吸リハビリテーションの普及— JICA草の根技術協力事業

—ストップ ドンコキ（咳・痰）プロジェクト—



JIMTEF代表理事

独立行政法人 国立病院機構
災害医療センター 名誉院長

林 茂樹

慢性閉塞性呼吸器疾患(COPD)は比較的新しい疾患概念のため、馴染みが薄い方が多いかもしれませんが、以前、肺気腫や慢性気管支炎と呼ばれていた病気を統一したものです。

COPDの主な症状は、息切れ（呼吸困難）、慢性の咳と痰です。COPD患者数は、世界で年々増加しており、その結果、死者数も増え続けています。WHOは2030年にはCOPDが死因の第3位になると予想しています。死者の90%は低中所得国の住民という統計もあります。ネパール国においてもCOPDは、大きな問題となってきました。世界最高峰のエベレスト山を中心とするヒマラヤ山脈の麓に広がるカトマンズ盆地は、綺麗な空気と水に恵まれているとの印象を持つ方が多いようですが、実は、青年期からの高い喫煙率・煉瓦工場からの煤煙や自動車排ガスによる大気汚染・木材を使う家屋内調理における煤煙吸入などが重なって、COPD患者が増加し続けていると推定されています。COPD管理の基本

は薬物療法と主に呼吸リハビリテーション（呼吸リハ）による非薬物療法ですが、ネパール国では、とくにCOPD対策として呼吸リハが、患者の苦痛軽減に有効という考えがありませんでした。

そこでJIMTEFは、JICA草の根技術協力事業（草の根パートナー型）により、2015年度から、「ネパール国カトマンズ盆地における慢性呼吸器疾患患者の早期社会復帰支援に向けての取り組み—呼吸リハビリテーションの普及—」事業（以下、呼吸リハ普及事業という。）を、国立病院機構 災害医療センター呼吸器科の上村光弘教育部長を中心とする呼吸器内科医師・理学療法士チームの全面的な協力のもとに開始しました。

カトマンズ盆地における呼吸リハ普及事業活動は、2015年4月25日に発災しましたネパール大地震被害のため、当初の予定より約4か月遅れの2015年8月から始まりました。毎回4～8名が、9日間の日程（現地活動は7日間）で、2016年4月までに計4回（2015年8月、12月、2016年2月、4月）活動しています。

第1次派遣

Trainer's Training（指導者養成）として、国立トリブバン大学教育病院（TUTH）呼吸



国立トリブバン大学教育病院 (TUTH) 指導者研修

器内科のヨギ教授が率いる医師・理学療法士 (PT)・看護師他20名に対して、4日間にわたり呼吸器系の解剖・生理、COPD及びCOPDとの鑑別を要するいくつかの疾患について症状・徴候と発症要因・治療法などについて講義の後、呼吸リハの意義・重要性について実技指導を行いました。呼吸リハの主体は、呼吸苦軽減を図るコンディショニング [口すぼめ呼吸や腹式呼吸、ACBT (アクティブサイク呼吸) 法による排痰促進、日常生活動作の練習など] と上半身の柔軟性を取り戻し下肢筋力増強を図る運動療法です。

第2次派遣

呼吸リハ普及事業実施のモデル地区のバク



バクタプール郡病院スタッフ研修

タプール郡に赴いて、郡病院スタッフ、次いで地区の公的外来診療や健康指導拠点である保健人口省ヘルスポスト (HP) スタッフに、それぞれ2日間の研修指導を実施しました。JIMTEFチーム帰国後、別のHPスタッフに対して、TUTHチームとネパール側NGOのSOLID Nepal (JIMTEFカウンターパート) が協同して同一内容の研修を行いました。この模様はビデオ撮影されており、ネパール側が行った研修内容が、JIMTEFチームのそれとほぼ同等であったことを確認しています。

第3次派遣

2か所のHPにおいて、地域住民に密着して健康指導にあたる女性保健ボランティア (FCHV) 20数名ずつに対して、やや簡易型の研修を実施しました。研修に参加しましたFCHVの皆さんの目が研修開始前からキラキラと輝いており、本事業に対する現地側の意気込みがヒシヒシと伝わり大いに手応えを感じました。JIMTEFチーム帰国後、TUTH&SOLIDチームが残るFCHV全員に同一内容の研修を実施しました。一方、地域住民に向けての啓発活動として、地域住民81名に対して



ヘルスポスト(HP)・ヘルスワーカー研修

啓発セミナーを開催しました。この際判明しましたのが、高齢者の識字率がかなり低いということで、なるべく文字を使わない資料による地域住民への啓発活動が重要ということを確認した次第です。

第4次派遣

HPの残りスタッフに対して研修を実施するとともに、HPを訪問して研修の成果が患者や住民に対して還元されていることを確認しました。また、2回目の地域住民セミナーを開催しました。これまでの活動を通じて、COPD患者や地域住民に対する保健指導の主役はHPスタッフであることを再認識しまして、これらスタッフの研修受講が1回では患者や住民への指導役を務めることは困難と判断しまして、今後の活動では2回目、3回目の研修を行うこととしました。

現地メディアも啓発運動開始

2015年8月から、FMバクタプール放送にて毎週土曜日朝8時より1時間、JIMTEF提供による「Healthy Life - Healthy Chest Very Good」という番組が、住民啓発運動の一環

として放送されています。JIMTEFチームは毎回訪問時に同番組に出演してCOPD対策の重要性を訴えています。さらにバクタプールの地元のTV番組にも出演して同様の啓発を行いました。

「ストップ ドンコキ プロジェクト」発進

本事業のネパール名は、現地側と打ち合わせて「ストップ ドンコキ プロジェクト」と命名しました。さらに、第4次派遣の際に現地の伝統ソングの替え歌をもとにして本事業のテーマソングが誕生しました。

このように事業開始から1年足らずの間に本事業内容が地域住民レベルにまで浸透し、かつ、大きな成果を挙げられていますことには、TUTHのヨギ教授他呼吸器内科医師及び理学療法士の意気込みと、JIMTEFの現地パートナーである国際協力NGOのSOLIDの力が加わって素晴らしい成果が得られているからだと思っています。

本事業の最終目的である、「ストップ ドンコキ プロジェクト」をネパール全土に広めることを念願してこれからの事業遂行に全力を尽くしてまいります。



女性保健ボランティア(FCHV)研修



地域住民啓発セミナー