

筋肉注射—痛みの軽減について—

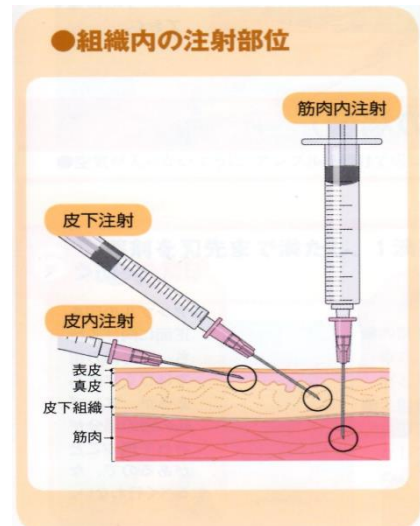
子供のころから「病院」と言えば「注射」を連想するほど、注射は病院の嫌なイメージの代表です。不妊治療では必要な治療(主にホルモン剤の投与)のために、注射を受けている方がたくさんいらっしゃいます。今回はこの注射—特に筋肉注射について知っていただき、少しでも痛みを和らげる方法がないものかを考えてみたいと思います。

☆注射方法の種類☆

注射と一口に言っても体のどの部分に薬剤を注入するかによって、血管注射、皮内注射、皮下注射、筋肉注射、その他(特定の臓器に直接注入)に分けられます。

血管注射以外の3つは、皮膚から筋層までのどこかに注入するわけですが、それは針を刺入する際の角度と深さによって決まります。また薬剤によりどの方法で注射するか決められています。このうち不妊治療で最も多く行われているのは筋肉注射です。

筋肉注射は筋層内に薬液を注入する方法で、薬液の吸収速度は皮下注射の約二倍です。筋肉内は血管が豊富なため薬液は容易に抹消血管内に吸収されます。吸収が良好なため、局所刺激が強い薬剤が投与対象となります。注射量は皮下注射より多くできるなどの理由からホルモン剤の注射は筋肉注射となることが多くなります。



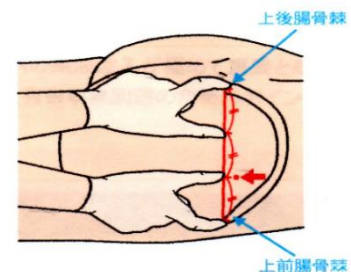
☆筋肉注射の注射部位☆

筋肉注射の注射部位は、腕—上腕部の三角筋あるいは、臀部—中臀筋になります。筋肉内には太い血管や太い神経の走行があるのでそれを避けて施行する必要があります。

上腕部への注射位置は、三角筋の前半部で、めやすは肩甲骨の上部にある「肩峰」という骨の三横指下です。



臀部への注射位置は、上前腸骨棘と上後腸骨棘を結ぶ線の前側 3 分の 1 の部位です(クラークの点と言いますが、臀部の注射位置を決める方法は他にもあります)。



☆患者様の感想☆

昨年、当院では筋肉注射を受けられた患者様に、ペインスケール(痛みの客観的評価方法)を用いて痛みについてのアンケートをお願いし、66名の方から回答をいただきました。その結果の一部をご紹介します。

- 注射の際、針の刺入時と薬剤の注入時を比較すると、痛みは注入時に有意に大きいことがわかりました。

- 上腕部、臀部の各注射部位によって痛みの違いがあるのかを刺入時、薬剤注入時について比較しました。臀部の方が痛みは少ないのではないかと予想していましたが、部位による違いは刺入時、注入時とも有意差はなく特に注入時は、上腕部、臀部とも痛みの大きさは各スケールに分散しており、痛みの感じ方には個人差が大きいことがわかりました。(図1,図2参照)

図1

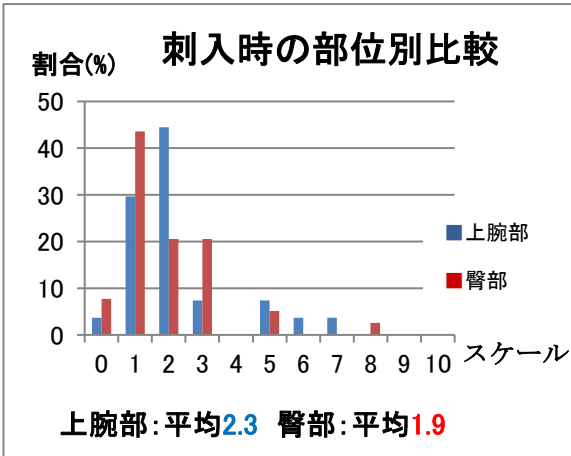
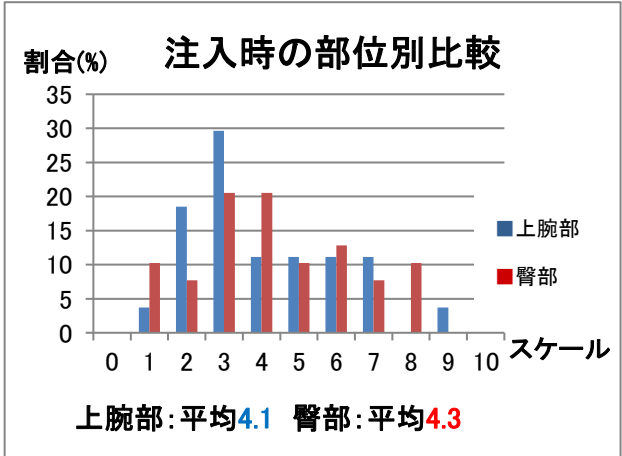


図2



しかし、患者様のフリーコメントで11人が痛みについての感想を書かれ、そのうち8人が上腕部より臀部のほうが痛くないということでした。これらのアンケート結果を参考にすると痛いのは針が刺さるときより、薬が注入される時のようです。(当院の注射の諸条件下で)

上腕部と臀部での痛みの感じ方は個人差が大きいようなので、複数回注射を受ける機会があれば、どちらも試してみるといいかもしれません。

☆痛みを少しでも和らげる方法☆

看護師が心がけていること

- 針は素早く入れ素早く抜く。
- 薬剤注入はゆっくり行う。
- 薬液はあらかじめ室温程度に温める。



看護師と患者様の両者の協力で行うこと

- 注射部位の筋肉を弛緩させる
 - 上腕部—前腕を腹部の前に曲げておく。
 - 臀部—足を内股にして腹臥位をとる。
- リラックス
 - ゆっくり息を吐いてお腹に気持ちが集中している間に針を刺入する。
 - コミュニケーション—会話をして気を紛らわせる。

不妊治療で多く行われている筋肉注射についてよく知っていただき、医療者と患者様との協力で少しでも注射の痛みが緩和されるようにしてゆきましょう。

※当院では、自己注射する患者様に筋肉注射で使用する薬剤と同じものを腹部に皮下注射して頂いていますが、薬剤の効果に違いはありません。

参考文献:『臨床看護技術』執筆 NTT 東日本関東病院看護部 監修 坂本すが他 照林社
『看護技術』Vol.55 No.14 佐藤好恵 他