

コロナ禍における運動指導者による
オンラインブレストアウェアネスの取り組みと
乳がん検診の行動変容の検証

岡橋優子*

二宮省悟** 谷和行*** 藤川祐子*

抄録

【目的】コロナ禍においてがん検診受診者数は3割減少した。中でも乳がん検診受診率は欧米に比べ大幅に低く、受診控えによる乳がんの早期発見の取りこぼしが懸念される。また、多くのブレストアウェアネス啓発イベントも中止またはオンラインへと変更が相次いだが、オンラインによる取り組みが受診行動の変容に与える効果については明らかにされていない。本研究では、運動指導者によるオンラインでのブレストアウェアネスを高める介入が受診行動の変容、自己効力感、乳がんに対する不安・心配、検診の障害に対して、どのような影響を与えるかを検証した。【方法】乳がん罹患経験のない30～60歳代の一般成人女性52名を対象に、4-5名のグループに分け、1回30分、2週間ごとに3ヶ月間、その後4週間ごとに3回、合計9回のオンラインによる乳房セルフチェックができるリンパトーンストレッチの実践と乳がん知識紹介のセッションを実施した。統計学的処理は、エクセル統計を使用し、対応のあるt検定を行い、有意水準は5%とした。【成績】介入前後比較では、乳がん検診受診に対する行動ステージの合計得点は有意な低下が認められた。自己効力感は有意に上昇し、GSESの成人女性の5段階評定の「普通」から「高い傾向にある」へ移行した。「乳がんになることが心配だ」と考える人は有意に減少し、検診への障害は16項目中5項目において減少が認められた。(P < 0.05) 【結論】本研究で、行動変容ステージは低下したことが明らかになった。これはオンラインブレストアウェアネスの取り組みにより、乳がんへの不安が減少し、自己管理できる自信が高まり、受診行動が抑制された可能性が示唆された。今後は受診行動を促進させるにはどのような方法をとるべきか、サンプルサイズを増やしさらに詳細分析を進める必要がある。