

令和元年8月29日現在

機関番号：37116

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K12241

研究課題名(和文)自殺リスクの高い若者に対する携帯メールを活用した自殺予防介入の開発

研究課題名(英文)Text message intervention to promote help seeking for young psychiatric outpatients

研究代表者

児玉 豊彦(KODAMA, Toyohiko)

産業医科大学・産業保健学部・講師

研究者番号：10549166

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：精神科・心療内科に通院する20代～30代の若者を対象に、援助希求行動を促進させるための携帯メールによる介入を行った。参加者を無作為に介入群と対照群に振り分け、約3か月間、援助希求行動を促進させるための携帯メールによる情報提供を行った。解析の対象は介入群11名、対照群6名だった。介入後に効果を評価したが、両群間で誰かに悩みを相談した者と地域の社会サービスを利用した者の割合に有意差はなかった。しかし社会サービスを利用しなかった理由で「どうやって利用すればいいのか分からなかった」と回答した者の割合が介入群では有意に少なかった。さらに介入群では、8名(72.7%)が「メールは役に立った」と回答した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究による携帯メールによる介入は、若者の精神科通院患者の援助希求行動を直接促進させる効果はなかったが、援助希求行動を阻害する要因を減少させたと考えられる。また、介入群においてはメールに対する満足度は高く、さらに「メールの情報を増やしてほしい」などの要望もあったことから、携帯メールによる介入は、さらなる改善を行う事により、若者の精神科通院患者の援助希求行動促進の効果につながる可能性が考えられた。

研究成果の概要(英文)：We developed a mobile phone intervention and conducted a randomized controlled trial with 17 young psychiatric outpatients with mental illnesses. The intervention involved promoting help-seeking behaviors by sending text messages, including information about social welfare services, for 3 months. After the intervention period, no significant differences were found in the proportion of help-seeking behaviors between the intervention and control groups. However, concerning the reason for not using social services, the proportion of participants who answered “I do not know how to use” in the intervention group was significantly lower compared to the control group. More than 70% of participants in the intervention group reported that the text messaging service was helpful and useful, and they wanted more messages and information.

研究分野：精神保健

キーワード：精神保健 援助希求行動 つながり 携帯電話 ICT メール

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

世界的に見て、15～34歳の若い世代で死因の第1位が自殺となっているのは、先進国では日本のみであり、その死亡率も他の国に比べて高い。いくつかの先行研究においては、過去に自殺企図歴があるなど、自殺ハイリスク者に対するアプローチとして、認知行動療法や、自殺ハイリスク者への訪問といったアウトリーチが、自殺のリスク減少に効果があることが報告されている^{1),2)}。専門家らは、「自殺の危険の高い人の多くは、家族、友人、同僚、地域社会との絆を失っていて、このようなごく短い接触であっても、自殺の危険の高い人にとって重要な絆となったのではないか。」と述べている。しかし、今の我が国の現状を考えると、認知療法等を行える専門家は十分に足りているとは言えず、自殺ハイリスク者に対するアウトリーチにしても、多数のハイリスク者全てに訪問できるのか？といった現実的な問題が出てくる。我々はメール自動配信プログラムを開発し、本研究ではこのシステムを用いて、精神科・心療内科に通院する若者の患者を対象に携帯メールによる介入を行う。メール自動配信システムは、低いコストで多数のハイリスク者に介入が可能といったメリットがあり、先行研究では自殺未遂者に携帯メールを利用した介入を行い、希死念慮が有意に減少した事を報告するなど、携帯メールを利用した介入は、今後、注目される分野と言える。

2. 研究の目的

本研究の目的は、精神科・心療内科に通院する若者の患者を対象に援助希求行動を促進させるため携帯メールによる介入を行い、その効果を明らかにすることである。

3. 研究の方法

(1) 研究対象者

次の～の全てを満たす者を本研究の対象者とした

A市内の精神科・心療内科に通院する20～30歳代の患者。

20歳以上の者。

上記に該当する者で、本人がメール自動配信プログラム(メール介入研究)への参加を希望し、かつ主治医が参加を許可した者。

(2) 研究協力者の募集期間:

2016年9月～2017年8月

(3) 介入期間:3か月間

(4) 介入方法

対象者を無作為に介入群、wait-list control 群(以下、対照群)に分けた。介入群に約3か月間、携帯メール配信による介入を行った。携帯メールはコンピュータプログラムによって毎週月曜日と木曜日の12:30に自動的に参加者の携帯電話に配信された。メールの内容は、ストレスの対処法、精神的健康の維持について、薬物治療の順守の促進、睡眠改善の方法、悩みを誰かに相談することの重要性、そして相談窓口といった地域の社会サービスの紹介である。地域のサービスの情報のメッセージはウェブサイトのアドレスや電話番号がリンクされ、そのため参加者は容易にサービスに連絡を取ることができるようにした。また、A市内でうつ病の予防といったイベントが開催された時は、参加者はイベントに関するメッセージをイベントの約2週間前に受け取った。メールが事務的、無機質とならないよう、対象者が希望したニックネームでメッセージが届くようにした。

(5) 評価方法

ベースライン時の参加者の抱えている悩みや問題と日々の社会的/個人的資源の利用について評価するため、以下の項目を調査した。

今抱えている悩みや問題は何か？*

過去3か月間に悩みや問題を誰かに相談したか？

相談した相手は誰か？*

相談しなかった理由は何か？*

過去3か月間に就労支援施設や自助グループといった社会サービスを利用したか？

利用した社会サービスや支援は何か？*

社会サービスを利用しなかった理由は何か？*

*複数回答可

また介入の効果を調べるため、以下の項目を調査した。

過去3か月間に悩みや問題を誰かに相談したか？

相談した相手は誰か？*

相談しなかった理由は何か？*

過去3か月間に就労支援施設や自助グループといった社会サービスを利用したか？

利用した社会サービスは何か？*

社会サービスを利用しなかった理由は何か？*

携帯メールは役に立ったか？

役に立った理由は何か？*

携帯メールに望むことは何か？*

*複数回答可

、 、 は介入群のみ回答

(6) 倫理的配慮

本研究は、研究者が所属する施設の倫理審査委員会の承認を得た。

4. 研究成果

(1) 研究結果

21名が研究に参加したが、4名が途中で脱落したため、17名を解析の対象とした。介入群は11名、対照群は6名だった。平均年齢は 32.9 ± 5.0 歳で、女性は10名であった。無職の者が7名(41.2%)で、独居の者が4名(23.5%)であった。診断名は気分障害が最も多かった。半数以上の者が、病気、お金、仕事、人間関係、家庭について悩みを抱えていた。属性に関して両群間で有意な差はなかった。また、若者の特性について40歳以上の年長者(22名)と比較を行った。その結果若者は年長者と比較して、仕事に関して悩みを抱えている者が有意に多く、年長者は介護について悩んでいる者が若者より有意に多かった。両群間においてベースライン時に、過去3ヵ月間に誰かに悩みを相談したか尋ねたところ、相談した者は、介入群10名(90.9%)、対照群6名(100%)で有意な差はなかった。地域の社会サービスを利用した者の割合も、介入群3名(27.3%)、対照群0名(0.0%)で有意な差はなかった。介入後に、援助希求行動促進の効果を評価したが、誰かに悩みを相談した者は介入群9名(81.8%)、対照群5名(83.3%)であり、有意な差はなかった。地域の社会サービスを利用した者は介入群0名(0.0%)、対照群0名(0.0%)で有意な差はなかった。しかし社会サービスを利用しなかった理由について、「どうやって利用すればいいのかわからなかった」と回答した者の割合が、ベースライン時では、介入群3名(27.3%)、対照群3名(50.0%)で有意差はなかった。しかし介入後においては、介入群1名(9.0%)、対照群5名(83.3%)であり、介入群が有意に少なかった。さらに、介入群では、8名(72.7%)が「メールは役に立った」と回答し、理由として、「生活のアドバイスが役に立った」(5名)、「社会サービスの情報が役に立った」(3名)、「メール自体が嬉しかった」(3名)等の回答があった。またメールに対する要望は、「メールの情報を増やしてほしい」(4名)等の回答があった。

(2) 考察

我々が知る限り、これは携帯メール介入を用いて若者の精神科外来患者の援助希求行動を促進させる最初の無作為化比較試験である。誰かに悩みを相談した者の割合は有意な差は出なかったが、ベースライン時で相談した者の割合が両群とも90%以上と高かったため、変化しにくかったのかもしれない。しかし、社会サービスを利用した者の割合は両群とも低かった。そして利用しなかった理由として、「利用の仕方がわからない」と回答した参加者が3ヵ月後時点で介入群が対照群よりも有意に少なく、我々の介入は社会サービスを利用しない理由を有意に減少させ、援助希求行動を妨げるリスクを減少させたと思われる。

さらに参加者は、我々の携帯メールに対して高い満足度を感じており、ベースライン時で明らかにされた参加者の問題や悩みは、携帯メールが着目した要点と関連しており、そのため彼らの満足度を上げる要因となったのかもしれない。その一方、介入群は我々の携帯メールに、情報の増加やメール回数の増加を希望しており、我々のコンピュータープログラムは、それらの要求に応えることが可能である。これらの理由から、我々の携帯メールによる介入は、コンピュータープログラムの改善によって若者の精神科外来患者の援助希求行動の促進により好ましい効果をもたらす可能性を持っていると考えている。また、年齢層によって抱えている悩みや問題が異なることから、より高い効果を得るためには、対象の特性に合わせてメールの内容を変えていく必要があると考えられる。

本研究は無作為化比較試験の予備的研究であり、サンプルサイズが小さく、今回の結果を一般化するには限界がある。今後はより大きなサイズと長期的な介入研究が必要である。

参考文献

(1) Fleischmann, A., Bertolote, JM., Wasserman, D., et al.: Effectiveness of brief intervention and contact for suicide attempters; a randomized controlled trial in five countries. Bulletin of the World Health Organization. 86(9): 703-709, 2008

(2) Brown, GK., Ten Have, T., Henriques, GR., et al.: Cognitive therapy for the prevention of suicide attempts; a randomized controlled trial. The Journal of the American Medical Association, 294(5): 563-570, 2005

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計2件)

児玉豊彦, 田村裕子, わが国の看護における Social Capital に関する研究の現状についての文献 Review, 三重看護学誌, 査読有, 20 巻, 2018, 63-77

児玉豊彦, 田村裕子, わが国の看護における携帯端末による ICT を活用した臨床試験に関する現状と課題 文献 Review, 三重看護学誌, 査読有, 19 巻, 2017, 13-18

〔学会発表〕(計3件)

児玉豊彦, 田村裕子, 小森照久, 片岡三佳, 井倉一政, 橋本健志, 精神科通院患者における悩みの特徴および援助希求行動に関連する要因, 第 114 回日本精神神経学会学術総会, 2018 年, 神戸国際会議場・神戸国際展示場(兵庫県・神戸市)

児玉豊彦, 小森照久, 片岡三佳, 田村裕子, 井倉一政, 橋本健志, 精神科通院患者における携帯メールを利用した援助希求行動促進に向けた取り組み ランダム比較試験, 第 113 回日本精神神経学会学術総会, 2017 年, 名古屋国際会議場(愛知県・名古屋市)

KODAMA toyohiko, Characteristic of adolescent suicide in Japan and comparison with other countries, The 17th Asian Congress on Psychosomatic Medicine, 2016 年, 九州大学(福岡県・福岡市)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年:

国内外の別:

取得状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年:

国内外の別:

〔その他〕

ホームページ等

なし

6. 研究組織

(1) 研究分担者

研究分担者氏名: 田村 裕子

ローマ字氏名: TAMURA ,yuko

所属研究機関名: 三重大学大学院

部局名: 医学系研究科

職名: 助教

研究者番号(8桁): 30746722

研究分担者氏名: 小森 照久

ローマ字氏名: KOMORI, teruhisa

所属研究機関名: 三重大学大学院

部局名: 医学系研究科

職名：教授
研究者番号（8桁）：40178380

研究分担者氏名：橋本 健志
ローマ字氏名：HASHIMOTO, takeshi
所属研究機関名：神戸大学大学院
部局名：保健学研究科

職名：教授
研究者番号（8桁）：60294229

研究分担者氏名：井倉 一政
ローマ字氏名：IGURA, kazumas
所属研究機関名：三重県立看護大学
部局名：看護学部

職名：助教
研究者番号（8桁）：60733011

研究分担者氏名：片岡 三佳
ローマ字氏名：KATAOKA, mika
所属研究機関名：三重大学大学院
部局名：医学系研究科

職名：教授
研究者番号（8桁）：30279997

(2)研究協力者
研究協力者氏名：
ローマ字氏名：

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。