

令和 3 年 5 月 11 日現在

機関番号：34310

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2020

課題番号：17K04471

研究課題名(和文) 認知症高齢者を介護する家族の負担感軽減とQOL拡大に対するACTプログラムの効果

研究課題名(英文) Effect of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for reducing distress and enhancing quality-of-life in family caregivers for dementia

研究代表者

武藤 崇 (MUTO, TAKASHI)

同志社大学・心理学部・教授

研究者番号：50340477

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、認知症高齢者を介護する家族の負担感の軽減とQOLの拡大に対する「日本版ACT(Acceptance and Commitment Therapy)に基づくプログラム」の効果を検討することであった。そのプログラムは、参加者間マルチベースラインデザインによって評価された。その結果、統計的に中程度の有意な効果が認められた。その後、当該プログラムをオンライン面接によって実施した。その結果、実際の対面面接と同等の効果が得られた。さらに、認知症の周辺症状(BPSD)や家族内の人間関係の問題にも対応するための手続きも、同時に検証された。その結果、当該プログラムの汎用性の拡大が認められた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

研究成果の学術的意義としては、1)日本において、認知症高齢者を介護する家族の負担感の軽減とQOLの拡大を目指した心理・社会的プログラムを実証的に検証した、2)当該プログラムが一定に効果的であることを示した、という点が挙げられる。社会的意義としては、現在流布している家族介護者のためのメンタル・ヘルスの方法は「玉石混淆」であり、またその科学的根拠や実証性が保障されているものはごくわずかである。当該プログラムの開発は、家族介護者のメンタル・ヘルスの改善や維持を確実に保障・拡大するものであると言える。また、その結果、「新オレンジプラン」という国策をも具体的に推し進めることができると考えられる。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to examine the effects of a Japanese version of ACT (Acceptance and Commitment Therapy) based program on reducing the burden and increasing the QOL of family caregivers of older adults with dementia. The program was evaluated using multiple baseline design across participants. The results showed a moderately statistically significant effect. Later, due to the outbreak of the pandemic of COVID-19, the program was implemented using telehealth intervention. The results showed that the program was as effective as the actual face-to-face i. In addition, optional procedures for dealing with behavioral and psychological symptoms of dementia (BPSD) and problems in family relationships were also tested. As a result, the versatility of the program was expanded.

研究分野：臨床心理学

キーワード：認知症介護 アクセプタンス&コミットメント・セラピー 介護負担 家族介護者

1. 研究開始当初の背景

厚生労働省(2015)は、2025年には、65歳以上の高齢者に対する認知症患者の割合が、現在の約7人に1人から、約5人に1人に上昇すると予測した。さらに、同省は、その予測を基に、2015年1月に、新たに「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～」(以下「新オレンジプラン」と呼ぶ)を策定した。そして、この新施策の「7つの柱」の中に、「認知症の人の介護者への支援」と「認知症の人やその家族の視点の重視」が挙げられている。しかし、現時点では、家族の介護負担に対する軽減策や具体的サービスの開発がほとんどなされていない(矢吹, 2015)。さらに、このような開発の立ち後れによって、認知症介護うつ(現在でも介護者の約50%がうつ状態; 谷向, 2013)や被介護者への虐待(2012年には高齢者虐待報告件数が15,202件; 矢吹ら, 2016)の拡大が危惧されている。

海外においては、Gallagher-Thompsonら(2012)が、認知症高齢者を抱える家族の介護負担に対する効果的な(実証に基づく)非薬理的介入について、1986～2011年に公刊された諸研究を展望している。その結果、当該の効果的な介入として挙げることができるものは、家族へのカウンセリング(電話カウンセリングなど)、心理教育プログラム、特化されたスキル・トレーニング(問題行動のマネジメント、フラストレーションのマネジメントなど)、ソーシャルワーク(訪問支援や個別の介護プランの策定)などの他のアプローチを組み合わせプログラム、心理療法(ACTと認知行動療法(以下、CBT)のみ)である。さらに、Losadaら(2015)は、当該の介護うつや不安に対して、ACTとCBTに対する効果の違いを無作為割付試験によって検証した。その結果、ACTとCBTともに効果的であることが実施された。さらに、CBTよりもACTの方が、効果量が大きく、かつ不安に対しては有意な改善がみられた。そのような差異は、ACTが、「介護負担感の軽減のみ」を目的とするのではなく、介護者の生活の全般的なQOLの向上と拡大(介護があっても自分自身の生活を有意義に過ごす)を目的とした支援プログラムであることに起因すると考えられている。また、現在、ACTに基づく介入は、アメリカのMcCurry(2006)、スペインのMárquez-Gonzálezら(2010)のパッケージの2つが存在している。

一方、日本国内において、当該の家族の負担感に関する研究は、現状の正確な把握を目的とした調査研究がほとんどである(矢吹, 2015)。さらに、当該負担感の軽減プログラムの中で、科学的に実証・確立されているものは、現存しない。

以上の文脈において、本研究は、本邦初の、科学的な検証プロセスを通じて、認知症高齢者を介護する家族の負担感の軽減とQOLの拡大を支援する「日本版ACTプログラム」を開発するものとして位置づけられる。

2. 研究の目的

本研究の目的は、認知症高齢者を介護する家族の負担感の軽減とQOLの拡大に対する「日本版ACT(Acceptance and Commitment Therapy; Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999; 2012)プログラム」の効果を検討することであった。その効果検証は、「実証に基づくトリートメント」(empirically supported treatments)の開発の方法論に則り、探索的事例研究(ただし実測データに基づく)、一事例の実験デザインによる研究、オープン試験(群間比較)というプロセスで行う。

3. 研究の方法

現在、認知症家族介護者に対するACTの適用は、アメリカとスペインに限られ、かつそれぞれのプログラム内容には文化的な配慮に基づいた差異が存在する。そこで、本研究では「実証に基づくトリートメント」(empirically supported treatments)の開発の方法論に則り、1)海外のプログラムを基に、10名(家族)を対象に事例研究を通じて、日本の現状や文化に配慮した日本版のプログラムのプロトタイプを作成し、2)そのプログラムの効果を8名(家族)に対して、一事例実験デザイン(参加者間マルチ・ベースライン・デザインを使用予定)で検証し、さらに、3)その検証を基に、再修正(完成版)プログラムを作成し、40名(家族)を対象に、その効果をオープン対照試験によって検証する予定であった。

4. 研究成果

本プログラムは、McCurry(2006)の家族介護者向けの支援プログラムである「DANCE」と呼ばれるトリートメント・モデルに、ACTの内容を組み入れて開発された。プログラムは、6-12回の個別の短期療法と3回(1ヵ月単位)のフォローアップで構成された。測度については、アウトカム測度として、1)Zarit介護負担尺度日本語版の短縮版(J-ZBI_8; 荒井ら, 2003)、2)GHQ30精神健康調査票(中川・大坊, 1985)、3)WHO-QOL26(田崎・中根, 1997)とした。研究参加者は、地域のフリーペーパーにて募集し、選定基準や同意が得られた介護者5名が、研究参加者として、当該ACTプログラムのプロトタイプに参加した。その結果、5名中3名に対して効果が見られた。5名の結果を統合した統計的分析の結果においても、中程度に有意な効果が見られた($p=0.0028$, $Tau-U=0.56$ (95% CI [0.226, 0.901]))。

さらに、家族介護者が援助提供施設に出向くことができない場合、遠隔ビデオ通話などのインフラを使用して、同一のプログラムの効果を検討した。また、BPSD そのものに対する介入支援方法の実施方法も、プロトコルにさらに付加させることも検討した。その結果、対面式の実施と同様の効果を得た。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計5件（うち査読付論文 5件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 武藤崇・野口代	4. 巻 12
2. 論文標題 認知症の行動・心理症状（BPSD）に対する認知療法・認知行動療法の可能性	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 認知療法研究	6. 最初と最後の頁 23-30
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 武藤崇	4. 巻 8
2. 論文標題 なぜ日本人には「チャレンジング行動」という用語の理解が難しいのか 認知症の BPSD に対する介入におけるパラダイム・シフトの核心	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 心理臨床科学	6. 最初と最後の頁 31 - 38
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 武藤 崇・境 泉洋・大野裕史	4. 巻 46
2. 論文標題 公認心理師法施行後の文脈で「行動福祉」を活かす 生態・行動的な視点からの示唆	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 認知・行動療法研究	6. 最初と最後の頁 89-97
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.24468/jjbct.19-012	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計6件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 3件）

1. 発表者名 武藤崇
2. 発表標題 認知症の家族介護者の負担感に対する文脈主義的な行動科学による支援 シングルケースデザイン法による“DANCE”モデルに基づく心理的支援の効果検証
3. 学会等名 日本老年行動科学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 武藤崇
2. 発表標題 レビー小体型認知症をもつ母親の不適切な援助要請行動の低減：家族に対する機能アセスメントに基づくポジティブな行動支援（2）
3. 学会等名 日本老年臨床心理学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Muto, T.
2. 発表標題 Noncontingent reinforcement to reduce annoying telephone calls of a person with dementia: A preliminary study.
3. 学会等名 The 10th International Conference Association for Behavior Analysis International (国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Takashi Muto
2. 発表標題 The Effect of ACT-Enhanced DANCE Treatment for Reducing Burden of Caring in Japanese Family Caregivers of Dementia: A Single-Case Experimental Design
3. 学会等名 Association for Contextual Behavioral Science (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 武藤崇
2. 発表標題 軽度認知障害をもつ母親の長時間通話の低減：家族に対する機能アセスメントに基づくポジティブな行動支援
3. 学会等名 老年臨床心理学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Takashi MUTO
2. 発表標題 The effect of ACT-enhanced DANCE treatment for reducing burden of caring in Japanese family caregivers of dementia: A single-case experimental design.
3. 学会等名 Association for Contextual Behavioral Science (国際学会)
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計1件

1. 著者名 武藤 崇	4. 発行年 2017年
2. 出版社 特定非営利活動法人ratik	5. 総ページ数 301
3. 書名 55歳からのアクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT) : 超高齢化社会のための認知行動療法の新展開	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計1件

国際研究集会	開催年 null年
--------	--------------

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関		
米国	University of Washington		