

令和 6 年 5 月 30 日現在

機関番号：12501

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2019～2023

課題番号：19K03308

研究課題名（和文）強迫症の認知行動療法における遠隔スーパービジョンの有効性の検討

研究課題名（英文）Effectiveness of online supervision in cognitive behavioral therapy(CBT) for obsessive-compulsive disorder( OCD)

研究代表者

中川 彰子 (Nakagawa, Akiko)

千葉大学・大学院医学研究院・特任教授

研究者番号：70253424

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究はOCDへの有効なCBTを提供できる治療者を増やすことを目指して、専門家による遠隔SVの効果を検証することを目的とした。23名の対象者が個人SVを受けながらOCDに対するCBTを終了できた。OCDへのCBTに対する自信（1：全く自信がない～5：自信がともある）については、治療前後で平均2.6点から3.7点に増加しており、OCDのメインアウトカムであるY-BOCS重症度の総得点の平均は24.2点（重度）から12.9点（軽度）へと46.7%の改善がみられた。初心者でも遠隔SVを受けながら治療することにより強迫症状の著明な改善をもたらし、本治療への自信を高めることがうかがえた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、強迫症に対する有効な認知行動療法を提供できる治療者の数が絶対的に不足している我が国の実情に鑑み、専門家による遠隔スーパービジョンの有効性を検証する本邦初の研究となる。強迫症に対するCBTの専門家は少なく、地域的にも偏在している。そのため、発症から初診までに長期間を要し、症状の重症化、慢性化、患者と家族の生活障害を増悪している。本研究により専門的なSVを希望する治療者をオンラインでサポートすることで強迫症状の著明な改善と治療者の本治療への自信の高まりをもたらすことが明らかになったことは、本疾患への治療者数を増やすことにつながり、上記の問題点を解消すると考えられる。

研究成果の概要（英文）：The aim of this study is to investigate the effectiveness of online supervision in CBT for OCD to solve the shortage of CBT therapists who can provide effective treatment. The subjects were CBT therapists who applied for recruitment in this study and gave written consent. The numbers of treatment sessions were around 16 and after each session, the subjects sent voice recording and summary to their supervisor for a 30 minute online supervision. Twenty-three subjects entered this study from June 2019 and March 2022 and completed the treatment. The subjects' level of confidence for conducting CBT for OCD by themselves improved from 2.6 to 3.8 (minimum 1, maximum 5) after 16 sessions. The mean Y-BOCS score dropped down from 24.2 (moderate) to 12.9 (mild) after treatment. This study suggested that online supervision could help less experienced and confident therapists to step forward and train themselves in real clinical settings in CBT for OCD.

研究分野：Psychiatry

キーワード：OCD CBT online supervision ERP

## 様式 C-19、F-19-1 (共通)

### 1. 研究当初の背景

強迫症 (Obsessive-Compulsive Disorder; OCD) は慢性化、重症化しやすく、セロトニン再取り込み阻害薬による薬物療法、および曝露反応妨害法 (Exposure and Response Prevention; ERP) を主技法とする認知行動療法 (Cognitive Behavioral Therapy; CBT) による治療が台頭するまでは、どのような治療法によっても、予後は自然経過と変わらないと言われるほど難治な疾患であった。現在は上記の治療法の有効性が実証されており、中でも CBT は英国のガイドラインでは児童思春期の OCD の第一選択肢とされている。本邦でも我々の研究グループによるランダム化比較試験において強迫症に対する CBT の治療効果が実証され、上記薬物よりも有意な症状の改善がみられた (1)。しかしながら、本邦では OCD に対する CBT の普及は未だ十分に進んでいない。その原因として、有効な CBT を OCD に対して提供できる治療者の絶対数が不足していることが大きい。典型的な OCD では、ある刺激により強迫観念が浮かぶと、患者はそこで生じる不安を一時的に軽減するための強迫行為を行う。このため本来なら不安が自然に軽減することを体験できず、強迫観念により不安になるたびに強迫行為を行うこととなり、悪循環が生じ、症状が増悪する。このような症例では、強迫観念の生じる不安な状況に不安の程度の低いものから段階的に曝露 (エクスポージャー) し、不安を軽減するための強迫行為を行わない (反応妨害) という CBT の治療技法である曝露反応妨害法 (Exposure and Response Prevention; ERP) が子どもから成人まで適応でき、著効する。初心者の OCD への CBT の習得には専門家による指導を受けることが不可欠である。周囲に経験を積んだ指導者がいない場合は、患者を不安な状況に直面させることが患者や家族にマイナスなイメージを持たせるのではという懸念から、CBT の先進国であっても ERP を行うことをためらう治療者も多く、治療者へのサポートがないことも要因とされる (2)。さらに本邦では OCD への CBT の専門家が地域的に偏在していることも状況を悪くしている。我々はこれまでに同じ職場や専門の研究室の治療者に治療の指導 (supervision; SV) を行うと同時に、OCD に対する CBT の研修会を全国規模の学会等で開催し、希望する参加者に遠隔システムにより SV を提供してきており、手ごたえを感じている。専門的な指導のもとであれば、時間のない精神科医のみでなく心理士などに対象者を広げれば、OCD に対する CBT (特に ERP) の研鑽を積むことができ、強迫症状で苦しむ患者や家族に対応できるようになると考えた。

### 2. 研究の目的

本邦においては絶対的に不足している OCD に有効な CBT を提供できる治療者の数を増やすことが急務である。そのために OCD に対する CBT の SV を希望している治療者に遠隔システムにより SV を提供し、その有効性を示すことを本研究の目的とする。

### 3. 研究の方法

対象は、千葉大学が九州大学と共同で主催している OCD の CBT に関する研修会に参加して、あるいは千葉大学のホームページの募集を見て、2019 年 6 月から 2022 年 3 月までに遠隔 SV を希望した治療者とした。選択基準は、患者から自分の治療者が SV を受けながら CBT を行うことへの同意を得られる者、可能な限り録音し、セッションの内容を CBT の指導者 (スーパーバイザー) と共有することに対する同意を患者から得られる者、個人心理療法の経験があり、それを実施する資格と場所を有している者、本試験の参加にあたり十分な説明を受けた後、十分な理解の上、本人の自由意思による文書同意が得られている者とし、除外基準は、個人 CBT による OCD の治療経験が 1 例以下の者、面接において本試験の対象者としてふさわしくないと判断された者とした。

選択基準に適合し、除外基準に適合せず、研究参加に同意した者に対して、研究担当者の中から担当指導者を決定した。治療は、1 回 50 分、原則 16 回、厚生労働科学研究班作成の「強迫性障害 (強迫症) の認知行動療法 マニュアル (治療者用) (患者さん用資料)」 (3) を用いて実施された。遠隔 SV は、セッション毎に、送付された動画または音声記録とセッションの要約をもとに、1 回 30 分で実施した。

主要評価項目として、強迫症状評価尺度 (成人は Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale;

Y-BOCS、子どもは Child Y-BOCS; CY-BOCS)を用い、治療効果の比較対照成績として、千葉大学の認知行動療法研修コース修了者が、対面でのSVを受けながら治療した強迫症の患者のうち、セッション数等を統制した群の Y-BOCS, CY-BOCS の変化の効果量を用いた。

副次的評価項目として、対象者の OCD への CBT 実施に対する自信度を 5 段階（1. 全く自信がない 2. あまり自信がない 3. どちらともいえない 4. 少し自信がある 5. 非常に自信がある）で評価した。

さらに、対象者は SV による治療の前に、SV を希望した理由、OCD の CBT で困難を感じる点、治療終了後に OCD の CBT の到達度、気付いた点等についての質問票に回答した。

#### 4. 研究成果

(1) 被検者の背景：本研究期間内に、選択基準に該当した 30 名が参加した。そのうち、5 名は治療が中断となり、1 名は患者都合で治療が早期終結となり、1 名は症状が変化し治療内容が変更されたため、解析対象集団（FAS：Full Analysis Set）は、23 名とした。CBT の平均経験年数は 6.3 年、OCD の平均症例数は 3.7 例であった。

##### (2) 主要評価項目

治療前後の Y-BOCS の変化を評価した。Y-BOCS の平均は 24.3 点（治療前）から 12.9 点（治療後）に減少し（図 1）、重症度は重度から軽度に変化していた。強迫症に対する認知行動療法の治療反応性は、Y-BOCS が 25~35% 低下することと定義される。本研究では 47.0% の改善率を示し、遠隔 SV は OCD の CBT の治療反応を得られ、有効であったと考えられた。なお、この研究の効果量 ( $d=1.3$ ) は、千葉大学での CBT トレーニングコースを修了したセラピストが、時折対面 SV を受けながら治療した患者の Y-BOCS の治療前後の変化（成人のデータのみ、 $d=1.4$ ）と同程度であった。

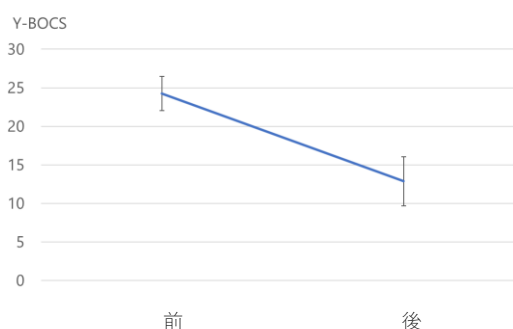


図 1 Y-BOCS 変化

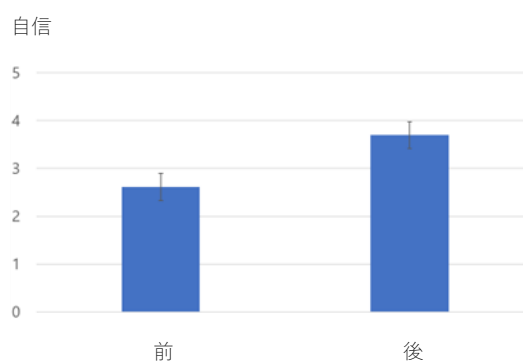


図 2 治療者の自信の変化

##### (3) 副次的評価項目

SV 前後の対象者の OCD への CBT 実施に対する自信度は、2.6（SV 前）から 3.8（SV 後）

（1：全く自信がない～5：非常に自信がある）に上昇した（図 2）。遠隔 SV は治療者の自信を上昇させ、有効であったと考えられた。

##### (4) 対象者への質問票

5 段階（1. かなりできなかった 2. ややできなかった 3. どちらともいえない 4. ややできた 5. かなりできた）で回答した、8 つの項目についての到達度の平均は、表 1 の通りであった。

対象者が OCD の CBT において困難を感じる点（自由記述）には、多い順に、ASD が基盤にあること（30.4%）、不合理性が乏しいこと

表 1. 治療者の到達度

到達度確認項目	5件法平均
患者の人となりの理解	4.9
患者の生活の具体的把握	3.6
不合理感の醸成	4.0
回避と強迫行為の区別	4.3
曝露反応妨害法の適応の有無の判断	3.7
有効と思われる課題設定	4.2
課題に取り組んだ結果の検証と修正	3.7
有効な再発予防	3.8

(21.7%)、ERPの適応がないこと(13.0%)等があった。

そこで、ASDの診断の有無で2群に分けると、ASDを伴うOCD群が13名、ASDを伴わないOCD群が10名であった。Y-BOCSの平均は、ASDを伴うOCD群において、24.8点(治療前)から13.4点(治療後)に、ASDを伴わないOCD群において、23.5点(治療前)から12.2点(治療後)に減少し、改善率は、各々46.0%、48.1%を示し、両群ともに遠隔SVはOCDのCBTの治療反応を得られ、有効であったと考えられた。効果量は、ASDを伴うOCD群において $d=1.6$ 、ASDを伴わないOCD群において $d=1.4$ であり、同等の治療効果を認めた。ASDを伴うOCD群とASDを伴わないOCD群の2群の差異の有意確率は $p=0.620 (>0.1)$ であり、統計的有意差は得られなかった。また、SV前後の対象者のOCDへのCBT実施に対する自信度は、ASDを伴うOCD群において、2.5点(SV前)から3.5点(SV後)に、ASDを伴わないOCD群において、2.7点(SV前)から3.9点(SV後)に上昇し、両群とも遠隔SVは治療者の自信を上昇させ、有効であったと考えられた。

#### (5) まとめ

本研究では、専門家による遠隔SVの実施により、経験の乏しい対象者のOCDのCBTへの自信が高まることが示唆された。また、遠隔SVの実施によって、対面SVと同等の強迫症の治療反応性が得られることも示唆された。

治療後の対象者のアンケートに対する回答では、OCDのCBTにおいて最も困難を感じる点は、ASDが基盤にあることであったが、測定された主要評価項目、副次評価項目は、ASDを伴うOCD群とASDを伴わないOCD群との間の統計的優位差は示されなかった。近年、臨床現場ではASDを基盤にもつOCDの増加がみられ、定型発達の患者に比べてその治療にはより専門的な配慮を要するため、スーパーバイザーがより積極的に介入(指導)した結果であり、それが対象者に有用であったと思われる。本研究により、治療機会が限られている強迫症患者に対して、特にASDを伴う場合、遠隔SVの元でCBTを実施することの意義を示すことができたと考える。

今後の課題としては、本研究では症例数が少なく、データ数が限られていたため、より多くの症例を対象とし、遠隔SVの有効性を示すことが望ましい。到達度確認項目の到達度に向上の余地があることは、項目の中には1症例の限界、即ち症例数を重ねることが必要である可能性が考えられる。質問票で、SVのもとでのOCDへのCBTの継続希望が多く示され、今後の向上の可能性が高いと思われる。現行のマニュアルとSVの内容を見直し、より有効な治療の提供につなげていく必要がある。

#### <引用文献>

1. Nakatani E, Nakagawa A, Nakao T, Yoshizato C, Nabeyama M, Kudo A, et al. A randomized controlled trial of Japanese patients with obsessive-compulsive disorder - Effectiveness of behavior therapy and fluvoxamine. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2005;74(5):269-76.
2. McGuire J. F., Wu M. S., Choy C. & Piacentini J. Editorial Perspective: Exposures in cognitive behavior therapy for pediatric obsessive-compulsive disorder: addressing common clinician concerns. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2018;59(6):714-716
3. 中谷江利子、加藤奈子、中川彰子：強迫性障害(強迫症)の認知行動療法マニュアル(治療者用) 厚生労働省科学研究費補助金障害者対策総合研究事業「精神療法の有効性の確立と普及に関する研究」等の精神療法の科学的エビデンスに基づいた標準治療の開発と普及に関する研究。不安症研究, 7, 2-41, 2016

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 Kato N, Nakgawa A, Kuno M, Numata N, Oshiro K, Nakao T, Shimizu E
2. 発表標題 Effectiveness of online supervision in cognitive behavioral therapy(CBT) for obsessive- compulsive disorder(OCD)
3. 学会等名 10th World Congress of Cognitive and Behavioral Thepies(WCCBT) (国際学会)
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計0件

〔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
研究分担者	清水 栄司 (Shimizu Eiji) (00292699)	千葉大学・大学院医学研究院・教授  (12501)	
研究分担者	加藤 奈子 (Kato Naoko) (30837042)	千葉大学・子どものこころの発達教育研究センター・特任助教  (12501)	
研究分担者	中尾 智博 (Nakao Tomohiro) (50423554)	九州大学・医学研究院・教授  (17102)	

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0件

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
---------	---------