

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 28 年 5 月 25 日現在

機関番号：12501

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2015

課題番号：24730592

研究課題名(和文) 青年期を対象とした過敏性腸症候群に対する認知行動療法プログラムの開発

研究課題名(英文) The development of CBT program for IBS.

研究代表者

浅野 憲一 (Asano, Kenichi)

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

研究者番号：60583432

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究課題ではBIBSSQ日本語版の開発を行い、BIBSSQ日本語版の健常群における信頼性及び妥当性の確認を行った。また、IBS傾向と緊張を伴う社会的状況における恐怖感・不安感、回避行動の関連の検討を行い、IBS傾向が高い人は、IBS傾向が低い人と比較して、抑うつ・不安傾向、社会的場面での恐怖感・不安感および回避行動が高いことが示された。さらに、IBS症状に対する対処方略尺度の開発し、IBSに対する対処方略として4因子が抽出された。また、IBS傾向高群と低群において対処方略に差がみられた。加えてIBS患者に対する認知行動療法プログラムの開発を行いその効果を検証した。

研究成果の概要(英文)：In this study, a questionnaire (Birmingham IBS Severity Questionnaire) was translated into Japanese and standardized. In addition, I conducted survey that reveal the relationship between IBS symptoms and anxiety and avoidance in social situations. The result showed individuals who have higher IBS symptoms have more anxiety and avoidance. Additionally, IBS coping scale was developed which includes four factors. There were differences of coping strategies between individuals with higher IBS symptoms and individuals with lower symptoms. The treatment program based on cognitive behavioral therapy was also developed and its effectiveness was evaluated.

研究分野：臨床心理学

キーワード：過敏性腸症候群 認知行動療法 コーピング

## 1. 研究開始当初の背景

IBSは消化器系疾患の中で最もみられる機能障害であり(Mertz, 2003),有病率は一般人口の10~15%,1年間の罹患率は1~2%であるとされている。米国ではIBSに要する直接的成本は毎年40億ドル以上であると報告されているほか,罹患者の著しいQOLの低下が指摘されており(Kalia, 2002),IBSに対する治療方法を確立することは急務であるといえる。また本邦においては,遠藤・佐竹・福土・庄司・唐橋・相模・森下・木村・内海・本郷(2007)が高校生を対象とした調査を行い,男性の9%,女性の17%がIBS症状を持つことを指摘している。このことからIBSは高校生や大学生などの青年期においても著しくQOLを低下させる疾患であるといえる。

IBSは病態を説明するような器質的な疾患や血液生化学的な異常が無いにもかかわらず症状が持続することから,心理学的要因の重要性が指摘されている。そのため,CBTの有効性が示唆されているが(金井・松島,2008),先行研究では社会的望ましさや心気症傾向などの人格特性との関連のみが検討されている。つまり,IBSの発生・維持に寄与していると考えられる認知行動的要因の検討は詳細には行われていない。既存の治療プロトコルとしては,Toner et al.(2000)などが挙げられるが,不安やうつ症状に対して用いられる一般的な介入技法のみが紹介されており,IBSに特有の認知行動的要因は考慮されていない。同様に,先行研究を概観してもIBSに特有の認知行動的要因は明らかにされておらず,認知行動モデルも提示されていない。他の精神疾患や心身症の治療プロトコルを見ても,各疾患にそれぞれ特化したCBTの治療プロトコルが開発され,より高い治療効果が実証されている。したがって,IBSについても認知行動的要因を考慮した治療プロトコルを作成することでより効果的なCBTを開発・提供することが十分に期待できる。

IBSの発症機序に関連した認知行動的要因としては,安全希求行動,回避行動および選択的注意が挙げられる。安全希求行動と回避行動,選択的注意はIBSとの関連が指摘されているパニック障害(Andrews, Creamer, Crino, Hunt, Lampe & Page, 2002)や,IBSと同様の心身疾患である原発性不眠症(宗澤・山本・根建・野村,2011など)を始めとして,種々の不安障害において逆説的效果を招くことが示されている(Salkovskis & Warwick, 1986など)。

そのため,IBSにおいても症状を改善する意図で採用した安全希求行動が,腹部への選択的注意を強化し症状悪化を招いている可能性がある(例えば,些細な腹部違和感を改善するためにある特定の行動をとるが,その効果を検証しようとして腹部違和感への選

択的注意が増強し,より小さな違和感にとらわれてしまう)。回避行動については,IBSに対する予期不安から腹部違和感を感じやすい社会的状況(例えばスピーチ場面などの緊張する状況)を回避してしまうことが推測される。こうした回避行動は一時的な不安の解消を導くものの,長期的には回避した状況・刺激に対する不安が高まり,安全希求行動や選択的注意をさらに高め,向社会的活動が阻害されるという悪循環に至る。さらにこうした悪循環の維持は,症状への対処効力感や自尊感情を減じるだろう。

このように,安全希求行動,回避行動,選択的注意は相互的に作用し,症状の悪化とQOLの著しい低下を招くことが予想される。それぞれの要因に対する介入を確立することでIBSに対するCBTの適用範囲や効果をより高めることが期待される。

## 2. 研究の目的

本研究ではIBSの維持要因として安全希求行動,回避行動,選択的注意などの認知行動的要因を取り上げ,IBSに対する認知行動モデルを作成し,それに基づくCBTプログラムを開発することを目的とする。

## 3. 研究の方法

### 研究 1

調査対象:日本の大学に通う大学生計249名(男性96名,女性149名,性別未回答4名)を対象とした。対象者の平均年齢は19.47歳(SD=2.01)であった(年齢未回答6名)。調査材料: BIBSSQ-J 原案: Roalfe et al.(2008)の作成した11項目について責任発表者が日本語訳を作成し,連名発表者がバック・トランスレーションを行った。その後, Roalfe et al.(2008)の元項目とバック・トランスレーションされた項目を対比し日本語訳を修正した11項目に対して,「全くない(0点)」から「いつも(5点)」の6件法で回答を求めた。

### 研究 2

手続き 関東圏内の大学生168名を対象に大学の講義時間中に質問紙調査を行った。回答に欠損があった18名を除く150名(男性63名,女性87名,平均年齢:20.30歳,SD=1.94)を有効回答とし,分析を行った。調査材料 IBS傾向の指標としてBirmingham IBS Symptom Questionnaire(Roalfe AK et al, 2008; 11項目6件法)を日本語に訳したもの(以下BIBSSQ-Jとする)。抑うつ・不安の指標としてK6(古川他2003; 6項目5件法),緊張を伴う社会的緊張場面における恐怖感・不安感,回避行動の指標としてLSAS-J(朝倉,2002; 26項目4件法)を使用した。

### 研究 3

調査対象者 関東圏内の大学生 399 名(男性 188 名,女性 149 名,無回答 62 名,平均年齢 19.37±3.04 歳)

調査手続き 関東圏内の大学にて質問紙調査を行い,回答を求めた。調査は,大学の講義の終了後に教室にて集団法で実施し,その場で回収した。

調査材料 Birmingham IBS symptom Questionnaire 日本語版(以下, BIBSSQ-J とする): Roalfe, A. K et al. (2008) の作成した尺度を翻訳した 11 項目を 6 件法で回答を求めた。日本語版 K-6: 古川他(2003) の作成した 6 項目を 5 件法で回答を求めた。IBS 症状に対する対処方略尺度原案: 大竹・島井(2002) の作成した日本語版 Coping Strategy Questionnaire 短縮版の 11 項目に, IBS の身体症状への対処方略を自由記述で調査し, KJ 法で分析した結果を基に作成した 18 項目を追加した計 29 項目を 7 件法で回答を求めた。

#### 研究 4

さらに認知行動療法プログラムを作成しその効果を症例研究によって検証した。

### 4. 研究成果

#### 研究 1

BIBSSQ-J の因子構造の確認: Roalfe et al. (2008) に倣い, 3 因子構造を想定した探索的因子分析(最尤法, プロマックス回転)を行った。その結果, 「下痢・痛み」, 「便秘」, 「生活上の支障」の 3 下位尺度が抽出された。全尺度及び下位尺度毎の記述統計を Table 1 に記す。

内的整合性の確認: 次に, 係数を算出したところ, BIBSSQ-J の全尺度では  $\alpha = .81$ , 「下痢・痛み」では  $\alpha = .81$ , 「便秘」では  $\alpha = .82$ , 「生活上の支障」では  $\alpha = .61$  と一定の値を得られた。

確認的因子分析による構成概念妥当性の検討: 3 下位尺度を潜在変数とし, それらからその潜在変数を構成する当該項目にのみパスを引いた 3 因子斜交モデルを構成した確認的因子分析を行ったところ, すべてのパス係数および相関係数は 0.1% 水準で有意だった。得られたモデルの適合度の指標は,  $GFI = .88$ ,  $AGFI = .81$ ,  $CFI = .87$ ,  $RMSEA = .11$  であった。今後は臨床群における因子構造, 信頼性及び妥当性の確認が求められる。

#### 研究 2

BIBSSQ-J を因子分析した結果, 「下痢」, 「便秘」, 「腹部不快感」, 「生活上の問題」の 4 因子が得られた(それぞれ,  $\alpha = .84$ ,  $\alpha = .82$ ,  $\alpha = .75$ ,  $\alpha = .64$ )。次に BIBSQ-J の得点をもとに, 平均点から +1SD 以上のものを IBS 高群, 1SD 以内のものを中群, -1SD 以下のものを低群に分類した。

BIBSQ-J の各群を独立変数とし, LSAS-J による恐怖感・不安感得点および回避行動得点を従属変数とした一要因分散分

析を行ったところ, 恐怖感・不安感得点と回避行動得点において, 群間に有意な差が見られた。

また BIBSQ-J の 4 因子についてそれぞれ各因子の合計得点をもとに平均点から +1SD 以上のものを IBS 高群, 1SD 以内のものを中群, -1SD 以下のものを低群に分類した。4 つの因子それぞれを独立変数とし, LSAS-J による恐怖感・不安感得点および回避行動得点を従属変数とした一要因分散分析を行ったところ, 「便秘」においてのみ不安・抑うつ(K6), 恐怖感・不安感得点と回避行動得点において, 群間に有意な差が見られた。

#### 研究 3

IBS 症状に対する対処方略尺度項目候補に対して因子分析(最尤法, プロマックス回転)を行った結果, 4 因子が抽出された。各因子は次の通りである。第 1 因子「無視・否定」(4 項目,  $\alpha = .06$ ), 第 2 因子「否認・回避」(5 項目), 第 3 因子「原因帰属」(6 項目), 第 4 因子「直面」(4 項目)。

次に, IBS 傾向として BIBSSQ-J の得点をもとに, 平均±1SD を基準に 3 群(高群・中群・低群)に分けて独立変数とし, IBS 症状に対する対処方略尺度原案の 4 因子それぞれの合計得点を従属変数とした一元配置分散分析を行った(Table 1)。その結果, BIBSSQ-J と「原因帰属」において有意な差が見られた( $F(2.393) = 19.50$ ,  $p < .01$ )。また, 「直面」においても有意な差がみられた( $F(2.393) = 9.82$ ,  $p < .01$ )。この結果から, 身体症状に対してその原因を追究することや, 積極的に直面することが IBS 症状の経過や回復に影響を及ぼしている可能性が示唆された。

#### 研究 4

作成された認知行動療法プログラムは治療前後で効果が見られ, 治療終了 6 か月後においても維持されていた。

### 5. 主な発表論文等

(研究代表者, 研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文](計 2 件)

竜崎 春佳, 駒沢 あさみ, 小林 麻里子, 二神 佳代, 尾村 真英, 浅野 憲二: "過敏性腸症候群( IBS )症状の行動的対処方略についての探索的検討" 東京成徳大学臨床心理学研究 12. 3-9 (2012). (査読なし)

駒沢 あさみ, 竜崎 春佳, 小林 麻里子, 二神 佳代, 尾村 真英, 浅野 憲二: "過敏性腸症候群( IBS )症状の認知的対処方略についての探索的検討" 東京成徳大学臨床心理学研究 12. 10-18 (2012).

(査読なし)

[学会発表](計 2 件)

小林麻里子, 駒沢あさみ, 竜崎春佳, 浅野憲一: "大学生の IBS 傾向と IBS 症状への対処方略の関連の検討" 日本心理学会第 76 回大会. (20120911-20120911). 専修大学(神奈川県川崎市)

関陽一, 飯田拓也, 池田優子, 大津柱子, 浅野憲一: "過敏性腸症候群傾向と緊張を伴う社会的状況における不安および回避行動の関連の検討" 日本心理学会第 76 回大会. (20120913-20120913). 専修大学(神奈川県川崎市)

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

浅野 憲一 (Asano, Kenichi)

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

研究者番号: 60583432