

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 15 日現在

機関番号：32690

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2016

課題番号：24792570

研究課題名(和文)個人の行動変容と地域環境の変容に着眼した生活習慣病予防プログラムと評価指標の開発

研究課題名(英文)Development of programs and evaluation indices for prevention of lifestyle diseases focused on individual behavior change and local environmental change

研究代表者

今松 友紀(三上友紀)(IMAMATSU, Yuki)

創価大学・看護学部・講師

研究者番号：80589599

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)：生活習慣病予防のためのプログラムに参加した者は、独自のQOL向上のプロセスを歩んでおり、QOLの向上と他者への関心は関連している可能性が示唆された。しかし、生活習慣病予防に取り組む者のQOL向上のプロセスを即敵できる評価指標は、国内外の文献を検討しても、適切な評価ツールが見られなかった。そのため、今後は生活習慣病予防に取り組む者のQOL向上のプロセスを測定できる評価ツールの開発が必要となると考えられる。さらに、今後の研究では、地域を構成する人々のQOLの向上と、地域全体のQOLとの関連を検討できるためのアセスメントツールが必要となると考えられる。

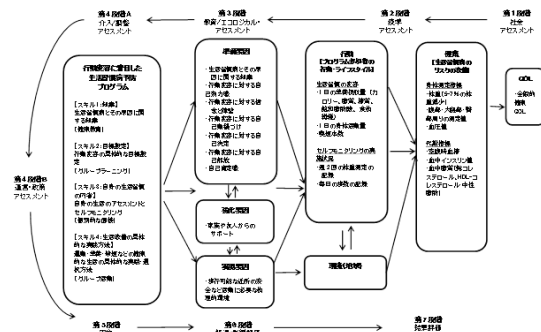
研究成果の概要(英文)：The persons participated in the programs for lifestyle disease prevention were progressing the process of improving their own QOL, suggesting the possibility that improvement in QOL and concern for others are related. However, the evaluation indicators that can promptly enlist the process of improving the quality of life of those working on prevention of lifestyle diseases, even though examining domestic and foreign literature, no suitable evaluation tool was seen. Therefore, it seems that development of an evaluation tool that can measure the process of improving QOL of those who work on prevention of lifestyle diseases will be necessary in the future. In the future research, assessment tools are needed to make the viewpoint of evaluating the process into the local nursing diagnosis method, to improve the quality of life of people making up the region, and to consider the relation with QOL of the entire region Will be considered.

研究分野：地域看護学

キーワード：生活習慣病予防 行動変容 環境 プログラム開発 評価指標 地域看護診断

た。また、プログラムの評価指標も個人の生活習慣改善のための行動変容・健康の指標については、指標が確立されているものの、環境について評価する指標が少なく、個人と環境の両方の変容によって起こるQOLの向上について評価できる指標が確立されていないことが明らかになった。

すなわち、個人の行動変容と環境の変容を目指した生活習慣病予防プログラムのモデルの開発およびその評価指標の検討を行う必要があると考えた。



2. 研究の目的

本研究の目的は、地域における個人の行動変容と地域環境の変容に着眼した生活習慣病予防プログラムと評価法を開発することである。

3. 研究の方法

1) データ収集

文献検索には PubMed を用い、“lifestyle related diseases” or “obesity”、“behavioral change”、“QOL”をキーワードして選択して検索した。

2) データの選定条件

過去 10 年間の論文で成人 (19-65 歳) を対象にし、介入の前後比較を行っている研究に絞り込んだ。

また、循環器系の疾患の予防に焦点をあてる目的で、がんや精神疾患を主疾患にしている文献は対象外とした。

3) 分析方法

抽出した論文を概観し、介入の評価項目に QOL を含んでいる論文を分析対象とした。文献を精読し、対象・研究デザイン・介入プログラム・測定用具・結果についてそれぞれ整理した。

4. 研究成果

1) 先行研究の概要

抽出した論文 15 文献を概観し、選定条件にあわない 4 文献を除外し、11 文献を分析対象とした。

2) 評価指標の枠組み

1) 対象

すべての文献が肥満者もしくは over weight 者が対象であるが、疾患を持っている者と持っていない者がおり、前提疾患によって、プログラムの outcome も異なっていた。

2) 研究デザイン

1 群間の前後比較を行っている文献が 8 文献、2 群間の前後比較を行っている文献が 3 文献であった。

3) 介入プログラム

概ね食事管理か運動またはその両者の介入プログラムとなっているが、対象者の状態像 (前提疾患の有無) によって介入方法にも違いが見られた。

4) 測定用具

QOL の測定には多くは健康関連 QOL 尺度 SF-36 が使用されていた。前提疾患によって、疾患特有の QOL 尺度 (肥満 QOL 尺度、糖尿病 QOL 尺度) を使用して研究も見られた。しかし、QOL の変化のプロセスを詳細に見ている文献はみあたらなかった。

5) 結果

QOL の向上と関連があったのは、身体活動の獲得や BMI の減少など、身体的負過がかかる現象であった。このため、QOL の向上には、身体的な変化が現れることが重要であることが示された。

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

表1 生活習慣病予防における行動変容とQOLの関連を示す介入プログラム

文献 No	著者、発行年 (調査国)	タイトル	対象	研究 デザイン	介入プログラム	測定用具	結果
1	Linkov F 2014 (アメリカ)	An exploratory investigation of links between changes in adipokines and quality of life in individuals undergoing weight loss interventions. Possible implications for cancer research.	SMARTプログラム参加の女性27名 PREFERプログラム参加の女性25名	1群事前事後テスト	運動と食事管理について日記をつけ、それにコメントが返されるプログラム 低脂肪食ダイエットによるプログラム	健康関連QOL SF36、 体重測定値、 空腹時の血糖データ (leptin, adiponectin, resistin)	介入前後の有意な変化は、leptinで見られたQOLの身体領域とBMI、Leptinの変化に関連があることが示された
2	Travier N 2014 (スペイン)	Effect of a diet and physical activity intervention on body weight and nutritional pattern in overweight and obese breast cancer survivors.	33~70歳の42名の女性胸部がん患者	1群事前事後テスト	体重減少を目指した食事管理と身体活動を取り合わせた12週間の介入プログラム 食事は1日1200~1500kcalを目指し運動は1日10,000歩を目指して、日々の運動記録をつける	栄養摂取状況 有酸素運動量 健康関連QOL SF36 QLQ-C30 (がんケアの生活の質を図る尺度) BMI	総エネルギーと総脂質、飽和脂質の摂取は明らかに減少が見られ、それらは全体のQOL上昇と有意な関連が見られた
3	Elme A 2013 (フィンランド)	Obesity and physical inactivity are related to impaired physical health of breast cancer survivors.	35~68歳の女性537名	1群事前事後テスト	運動を中心とした介入プログラム	身体活動 身体能力 FACT-G: がん治療の機能アセスメント尺度 (QOLの測定用具) BMI メタボリック関連の血液データ	基準値より高い腹囲・中性脂肪・インスリン・低いHDLコレステロール・QOLは身体活動の低さと関連していた 身体活動とBMIは、身体能力の最も重要な決定要因であることが示された
4	Cash SW 2013 (アメリカ)	Increases in physical activity may affect quality of life differently in men and women: the PACE project	539名の男性と600名の女性	2群事前事後テスト	職場における介入プログラムであり、事前に面接による栄養摂取と身体活動の状況を聞き取り、聞き取りに基づき参加者に合わせた運動と食事のメニューが提供される	BMI 余暇時間における運動についての質問紙 肥満関連QOL	BMIの1.9の減少は、男女ともにOVLQOLの上昇と有意に関連していた。 身体活動スコアの2.3の上昇は、男女ともにOVLQOLの上昇と関連が見られた
5	Sukala WR 2013 (オーストラリア)	Exercise improves quality of life in indigenous Polynesian peoples with 2 diabetes and visceral obesity.	先住ポリネシア人	1群事前事後テスト	筋力トレーニングがエアロビクストレーニングのどちらかに無作為に割り付けられた16週間のプログラム	健康関連QOL SF36	全体的健康感、活力、日常役割機能(心理)と身体領域のサマリスコア、精神領域のサマリスコアで改善が見られた 身体機能、日常役割機能(身体)、身体的痛みについては改善の傾向がみられた
6	Davis NJ 2012 (アメリカ)	Diabetes-specific quality of life after a low-carbohydrate and low-fat dietary intervention.	52名の2型糖尿病患者	1群事前事後テスト	低炭水化物ダイエットが低脂質ダイエットのどちらかに無作為に割り付けられた12か月のプログラム	糖尿病関連QOL	活力、可動性、性機能で有意な上昇が見られた
7	Littman AJ 2012 (アメリカ)	Randomized controlled pilot trial of yoga in overweight and obese breast cancer survivors: effects on quality of life and anthropometric measures	63名の胸部がん治療後の体重オーバーもしくは肥満者(ケース群32名、コントロール群31名)	2群事前事後テスト	ケース群: 在宅ベースのヨガによる6か月の介入プログラム、週5回の実践をゴールとする コントロール群: ヨガによる介入プログラムのキャンセル待ちで介入はない	FACT-F: がん治療の機能アセスメント尺度 (QOLの測定用具) 身体活動自記式質問票 BMI	ケース群がコントロール群に比べてQOLと疲労感に改善が見られたが、有意差はなかった 腹囲はケース群が有意に減少したが、体重減少に有意差は見られなかった
8	Carpiniello B 2009 (イタリア)	Psychiatric comorbidity and quality of life in obese patients. Results from a case-control study.	293名の重度肥満患者(男性48名、女性245名)と同数のコントロール群(非肥満者)	2群比較	WHO-QOLの内容を聞き取る為の分析的な面接	WHO-QOL	肥満は、QOLの身体・心理・社会的領域とわずかに有意な関連があった
9	Lofrano-Prado MC 2009 (ブラジル)	Quality of life in Brazilian obese adolescents: effects of a long-term multidisciplinary lifestyle therapy.	青年期の肥満者68名(男性25名、女性41名)	1群事前事後テスト	医療・栄養管理・運動・心理的ケアからなる多職種によるライフスタイル治療であり、24カ月の介入プログラム	心配事の兆候 特徴と状態 (STAI) 抑うつ (BDI) 暴飲暴食 (BES) ボディイメージに対する不満 (BSQ) 健康関連QOL SF-36	女性では、抑うつ、暴食兆候、ボディイメージへの不満が減少し、QOLが上昇した 男性では、心配事の兆候、暴食傾向が減少した
10	Johnson JB 2007 (アメリカ)	Alternate day calorie restriction improves clinical findings and reduces makers of oxidative stress and inflammation in overweight adults with moderate asthma.	肥満で中度の喘息を持つ成人10名	1群事前事後テスト	2ヶ月間で、320~380kcalを削減するための代替食品の紹介を行い、それを毎日の食事に取り入れる介入プログラム	AQLQ: 喘息の生活の質を捉える質問票 血液データ(一般的な健康状態、参加ストレスと炎症)	喘息は自覚症状、コントロール、改善したQOLと有意な関連が見られた
11	Engelson ES 2006 (アメリカ)	Body composition and metabolic effects of a diet and exercise weight loss regimen on obese, HIV-infected women.	HIV感染女性18名	1群事前事後テスト	アメリカ糖尿病協会から出されている栄養指針に基づいた栄養教育と1回90分週3回の運動トレーニングによる身体活動を行う12週間の介入プログラム	3日間の食事記録 QOLの5つの標準尺度 健康関連QOL SF36 BSI、SLS、SCS LDI BMI、腹囲	体重減少は運動とQOLの改善と関連が見られた

4)課題

生活習慣病予防に取り組む者の QOL 向上のプロセスを即敵できる評価指標は、国内外の文献を検討しても、適切な評価ツールが見られなかった。

今後は生活習慣病予防に取り組む者の QOL 向上のプロセスを測定できる評価ツールの開発が必要となると考えられる。また、ライフスタイルは、個人を取り巻く環境との関連も深い、個人の変容と地域の変容を関連付けて捉えられるアセスメントの視点や技法も、未確立な状況にある。そのため、地域の現状の分析にとどまらず、

地域の変容をアセスメントするためのかせ素面と指標の開発が必要になると考えられる。

また、個人の変容と地域の変容が関連づいているかを確認するため、個人の QOL の向上と地域環境の変容を、関連付けてアセスメントする方法を検討していくことが必要になる。つまり、今後の研究では、地域看護診断の方法に、プロセスを評価できる視点を入れること、地域を構成する人々の QOL の向上と、地域全体の QOL との関連を検討できるためのアセスメントツールが必要となると考えられる。

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0件)

・該当なし

[学会発表](計1件)

今松友紀, 田高悦子: 生活習慣病における行動変容とQOLの関連 文献学的検討, 日本地域看護学会第17回学術集会, 岡山, 2017.

[図書](計0件)

・該当なし

[産業財産権]

出願状況(計0件)

・該当なし

取得状況(計0件)

・該当なし

[その他]

ホームページ等: 該当なし

6. 研究組織

(1) 研究代表者

今松友紀 (IMAMATSU Yuki)

創価大学看護学部・講師

研究者番号: 80589599