

令和 3 年 5 月 18 日現在

機関番号：17601

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2016～2020

課題番号：16H07085・19K20754

研究課題名(和文) 看護師によるうつ病患者への認知行動療法の確立に向けて：有効性・費用対効果検証

研究課題名(英文) Toward the establishment of cognitive-behavioral therapy for depressed patients by nurses: analysis of the cost versus the benefits

研究代表者

加藤 沙弥佳 (Kato, Sayaka)

宮崎大学・医学部・助教

研究者番号：90598088

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,100,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、入院中の抑うつ状態にある患者を対象に、看護師が実践する「うつ病患者の回避行動に着目した認知行動療法ショートプログラム」を作成し、その効果を検証することである。行動活性化療法に特化した全4セッション(1セッション60分)で完結するプログラムを実施した結果、プログラム開始前とプログラム終了時の比較では、うつ症状の改善が示唆される結果が得られた。今回の研究では、対照群の設定がない前後比較試験デザインであったが、本研究の結果から、短期BAプログラムの完遂率は90%以上と高く、入院期間中に実施できる可能性があることが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

2009年にはうつ病性障害の受療者数は100万人を超え、大きな社会問題となっており、うつ病性障害による社会生活への多大な影響および自殺者数の増加から生じる社会的負担は莫大であることが指摘されている。本研究において、うつ病患者への行動活性化療法を実施し、高い完遂率と、うつ症状の改善が示唆される結果が得られたことは、うつ病患者に対する薬物療法以外の治療の選択肢拡大を図るといった意味で、研究の社会的意義があるのではないかと考える。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to create a "cognitive-behavioral therapy short program focusing on avoidance behavior of depression" practiced by nurses for depressed patients in hospital. Behavioral activation therapy programs(total of 4 times: 60minute session) were suggested to improve depressive symptoms. This study was Before-after trials design, so not enough consideration. But, this study proved high rate of Behavioral activation therapy program completion, and complete within during short hospitalization.

研究分野：臨床看護学

キーワード：認知行動療法 行動活性化療法 うつ病 看護師

1. 研究開始当初の背景

うつ病患者は、希望を失い、自分の価値を疑い、罪悪感を抱くなどの悲観的な考えを持つ傾向が強く、それらによって患者の情緒状態が左右されることが特徴とされる。うつ病の頻度に関する厚生労働省の調査によると、2009年にはうつ病性障害の受療者数は100万人を超え、大きな社会問題となっており、うつ病性障害による社会生活への多大な影響および自殺との関連などから、喫緊の対策が求められている。2010年に発表された厚生労働省の報告によれば、うつ病や自殺に限定した日本の経済損失額が、2009年単年度で年間約2.7兆円に上り、こうした損失がなければ、2010年度の国内総生産(GDP)は、約1.7兆円の引き上げ効果が認められている。さらに、それらに伴う税収増加も期待されるであろうとの試算結果が公表されており、他の先進国と同様にうつ病性障害から生じる社会的負担は莫大であるといえる。

本邦における、うつ病性障害の治療は薬物療法が第一選択として用いられているが、これは医療費を増幅させるだけでなく、副作用の問題も注目されている。そのため、欧米では、うつ病治療ガイドラインにおいて、軽等症のうつ病に対する治療の第一選択は薬物療法ではなく認知行動療法(Cognitive Behavioral Therapy: 以下CBT)の実施が推奨されている。CBTの実証研究は、治療効果だけにとどまらず、うつ病の医療費の削減につながったという実証研究の報告⁵⁾もされており、本邦においてうつ病患者に対する薬物療法以外の治療の選択肢拡大を図る研究の社会的意義は極めて大きいといえる。

本邦における認知行動療法は、2010年より医師が行った場合に限り保険点数化されたが、実施率が上がらないなどの理由から、2016年度の診療報酬改定において、医師の指示のもと、一定の知識と経験を有する看護職者が、認知療法、認知行動療法の各面接の一部分を実施する形式の療法について評価を行うことが加えられた。これにより、今後、看護師がCBTを実践する機会が増えることが予測される。しかし、この認知行動療法は欧米諸国で開発されたものであるのに加え、本邦では看護師が実践した認知行動療法に関する実証研究はほぼないに等しく、その有用性は明らかとなっていない。また、現在パッケージ化された「うつ病性障害者に対する認知行動療法」は12~20セッションで構成されており、全セッションを終了するまでに2~3ヶ月以上の治療期間が必要となるため、主に外来通院者を対象としている場合が多く、入院患者へ適応できているとは言えない。しかしながら、うつ病患者の約6割は再発するという現状を考えると、入院期間中にCBTを実践することは、再発防止の観点からも非常に有意義なことであると考えられる。

2. 研究の目的

そこで、本研究では、看護師が実践する「入院中のうつ患者の回避行動に着目した認知行動療法ショートプログラム」を作成、実施し、量的研究手法を用いてプログラムの見直しを行い洗練化することを目的とする。

3. 研究の方法

1) プログラムの作成

本研究で作成するプログラムは、日常生活に大きな変化が得られにくい入院患者を対象とすることから、CBTの行動活性化療法の回避行動への介入に着目する。行動活性化療法プログラムは、先行研究をもとに、疾病教育、正・負の強化行動の同定と活動スケジュール化、回避行動の同定-反すう思考と先延ばし行動-とその対処行動の内容に基づき構成し、計4回セッションで完結する短期行動活性化プログラムを作成した(表1参照)。1回のセッションは60分で、看護師が実施した。

表1: 行動活性化療法プログラムの内容

セッション	目的	内容
1回目	導入、動機づけ、関係構築 気分と行動のモニタリング 表の記入方法を学ぶ。	・行動活性化、抑うつ状態に対する心理教育 ・行動の意識化 ・気分の同定 ・行動と気分のつながりについて
2回目	回避行動を自覚し、潜在的な 気分に依存しない活動を 広げる。	・抑うつ状態を助長する状況と行動の特定 ・回避行動の影響について
3回目	回避行動を変える。	・回避行動の代わりになる行動について ・回避行動を変えるための行動実験の計画立案
4回目	再発予防の対処法を構築する	・行動実験の振り返り ・行動実験を続ける必要性について

2) 対象者

入院患者で抑うつ症状を有する者(BDI 得点 13 点以上の者)。

3) 調査期間

2017 年 6 月 1 日 ~ 2018 年 10 月 31 日に実施した。

4) 評価項目

対象患者の基本情報は診療録より情報収集した。また、プログラム実施開始から終了まで(開始前得点をベースラインとし、プログラム終了時、プログラム終了 1 か月後との比較)に測定された下記項目について、分析を行った。

ベック抑うつ質問票(BDI)

簡易抑うつ症状尺度(QIDS-J)

Patient Health Questionnaire(PHQ-9)

EQ5D-5L

5) 分析方法

本研究は探索的研究とし、分析は多重性を考慮しないことを前提として、Paired t-test を用いて分析を行った

4. 研究成果

行動活性化療法プログラムには、15 名がエントリーし、14 名(男性 3 名、女性 11 名、平均年齢 46.3 ± 15.8 歳)が終了した(完遂率: 93%)。プログラム開始前とプログラム終了時の比較: BDI (26.4 ± 8.8 22.6 ± 11.5)と QIDS(19.2 ± 5.9 15.4 ± 7.2)のみ有意な改善がみられた(それぞれ $p < 0.005$, $p < 0.001$)。プログラム開始前とプログラム終了 1 ヶ月後の比較: QIDS(19.2 ± 5.9 15.7 ± 8.4)で有意な改善が見られた ($p < 0.005$)。他のアウトカムについては、改善傾向は見られたが、統計的に有意な差は認められなかった(表 2)。

表 2 結果

	プログラム開始時		プログラム終了時		介入終了1ヶ月後	
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)
BDI-II	26.4	(8.8)	22.6*	(11.5)	22.6	(12.6)
QIDS	19.2	(5.9)	15.4**	(7.2)	15.7*	(8.4)
PHQ-9	16.3	(6.0)	14.3	(7.2)	13.6	(9.8)
EQ5D	0.82	(0.11)	0.82	(0.11)	0.79	(0.13)

本研究の結果は、1 標本の前後比較試験デザインを採用したため、治療効果に影響する他要因についての検討、構造化された行動活性化療法との治療効果についての検討ができていないが、短期行動活性化療法プログラムの完遂率が高いこと、うつ症状の改善がみられる結果が示され、入院期間中に実現できる可能性があることが示唆された。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 加藤沙弥佳, 相星裕真, 池田遥, 尾崎晴奈, 嶋元和子
2. 発表標題 看護師による再発予防を目的とした入院中のうつ病患者への認知行動療法の確立に向けての予備的研究
3. 学会等名 九州精神医療学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 加藤 沙弥佳
2. 発表標題 看護師による抑うつ症状を有する入院患者を対象とした短期行動活性化療法の実現可能性の検討
3. 学会等名 日本認知療法・認知行動療法学会
4. 発表年 2019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
---------------------------	-----------------------	----

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