様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　３ 年　６ 月 １５ 日現在

機関番号：１７１０２
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2017～2020
課題番号：１７Ｋ０９３０４

研究課題名（和文）幼少期の体験に注目したより有効な慢性疼痛に対する認知行動療法の開発

研究課題名（英文）Development of more effective cognitive behavioral therapy for patients with chronic pain in consideration of their experiences in childhood

研究代表者
安野　広三（Anno, Kozo）

九州大学・大学病院・助教

研究者番号：３０７４７９９４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,500,000円

研究成果の概要（和文）：慢性疼痛に対するマインドフルネスに基づく認知行動療法の効果予測因子を検討したところ、痛みの強さ、生活機能障害、抑うつ症状のより大きな改善は、介入前のより低い失感情傾向と関連していた。
慢性疼痛群における線維筋痛症群の頻度と愛着スタイルとの関係を検討したところ、線維筋痛症の割合は、安定型の愛着スタイルに比し、恐れ型の愛着スタイルにおいて有意な上昇を認めた。

研究成果の学術的意義や社会的意義
これまで幼少期の養育環境によりその形成が影響を受けるとされている愛着スタイルや失感情症などの要因が、慢性疼痛に対する認知行動療法の効果を予測する因子として重要であることが示唆された。今回の課題の研究において得られた上記の様な知見を学会や論文などで公表し、広く発信することで、慢性疼痛に対するより有効な心理社会的介入の開発に寄与できる可能性がある。

研究成果の概要（英文）：We investigated predictive factors of effectiveness of mindfulness based cognitive behavioral therapy. Lower tendency of alexithymia at baseline was associated with greater improvements of pain intensity, disability, and depression.
We explored the relationship between attachment styles and the prevalence of fibromyalgia in chronic pain. Compared to ‘Secure’ attachment style, the prevalence of fibromyalgia was significantly higher in ‘Fearful’ attachment style.

研究分野：慢性疼痛

キーワード：慢性疼痛　認知行動療法　効果予測因子　失感情症　愛着スタイル　幼少期の体験

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

（１）近年、慢性疼痛患者に対するマインドフルネスに基づく認知行動療法は、慢性疼痛患者の痛みの強さ、機能障害、抑うつ症状、生活の質を改善させるとして、その有用性が示されている。しかし、その介入の効果を予測する要因については、人口統計学的因子（年齢、性別、教育歴など）、介入前の症状の重症度（痛みの強さ、機能障害、心理的苦痛など）が検討されているが、いずれも一致した結果は得られていない①。また、患者の元来もつ認知行動的特性が効果を予測するかということについては十分に検討されていない。

（２）近年、成人の慢性疼痛患者において、不安定な愛着スタイルが疼痛関連アウトカムの悪化と関連することが報告されている。しかし、愛着スタイルの線維筋痛症発症への影響については現在のところ十分に検討されていない。

２．研究の目的

（１）マインドフルネスに基づく介入を慢性疼痛患者群に実施し、介入前の心理社会的因子と介入による効果の関連について検討した。

（２）慢性疼痛患者群において、愛着スタイルと線維筋痛症の有病との関連について検討した。

３．研究の方法

（１）対象は九州大学病院心療内科で６～８週間の集団マインドフルネスプログラムを実施した慢性疼痛患者 27 名。アウトカムを痛みの強さ、機能障害、抑うつ症状とし、介入前の心理社会的因子として年齢、性別、痛みの強さ、機能障害、抑うつ症状、痛みの破局化、痛みの受容、失感情症の傾向を測定した。各アウトカム変数の介入前後の変化量を目的変数、介入前の心理社会的因子を説明変数として重回帰分析を行った。

（２）対象は九州大学病院心療内科へ慢性疼痛を主訴に初診した成人女性患者195人。初診時の診断をもとに線維筋痛症とその他の慢性疼痛へ分類した。成人愛着スタイルについては、自記式質問紙であるRelationship Questionnaireを用いて、安定型、拒絶型、とらわれ型、恐れ型の4つのスタイルに分類した。愛着スタイルを説明変数、線維筋痛症を目的変数として、ロジスティック回帰分析を行った。安定型を参照として各愛着スタイルの線維筋痛症のオッズ比を算出した。年齢、教育歴、婚姻・経済的状況、感情関連変数（抑うつ・不安・破局化・失感情傾向）、対人関係関連変数（社会的スキル・医療不信）を調整変数とした。

４．研究成果

（１）介入により痛みの強さ、機能障害、抑うつにおいて有意な改善が見られた。痛みの強さのより大きな改善は、介入前のより強い痛み、より低い失感情症の傾向と関連していた。機能障害のより大きな改善は介入前のより強い痛みの破局化、より低い失感情症の傾向と関連していた。抑うつ症状のより大きな改善は、介入前のより高い年齢、より低い機能障害、より高い抑うつ症状、より低い失感情症の傾向と関連していた。

慢性疼痛患者群におけるマインドフルネスに基づく認知行動療法の効果は、介入前の痛みの強さ、機能障害、抑うつ症状、痛みの破局化、失感情症の傾向が予測因子となることが示された。特に慢性疼痛患者の元来持つ認知行動的特性である失感情症の傾向は、その傾向が低いほど介入効果が大きい傾向があることが示され、その重要性が示唆された。今後、失感情症の改

善を標的にした治療プログラムを開発し、従来の認知行動療法と組み合わせることで、より効果的な慢性疼痛の治療介入となる可能性が示された。

（２）線維筋痛症の割合は安定型17.3%，拒絶型29.2%，とらわれ型37.3%，恐れ型46.8%であった。各種変数で調整後の線維筋痛症のオッズ比は、安定型に比し恐れ型において有意な上昇を認めた（OR=3.71，95%CI：1.33-10.36）。
成人女性の慢性疼痛患者群において、愛着スタイルが線維筋痛症発症に関連する可能性が示された。慢性疼痛患者の評価、治療において愛着スタイルの重要性が示唆された。

＜引用文献＞
① Gilpin HR, Keyes A, Stahl DR et al., Predictors of Treatment Outcome in Contextual Cognitive and Behavioral Therapies for Chronic Pain: A Systematic Review. J Pain 18 (10), 2017: 1153-1164

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計12件（うち査読付論文　2件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　1件）

〔学会発表〕　計16件（うち招待講演　5件／うち国際学会　1件）

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 慢性疼痛患者における線維筋痛症の割合：愛着スタイル別の比較
３．学会等名 第11回日本線維筋痛症学会（シンポジウム）
４．発表年 2019年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 頑張らないで今を豊かに味わう方法：マインドフルネスの実践
３．学会等名 第35回日本ストレス学会（市民公開講座）
４．発表年 2019年

１．発表者名 安野広三，細井昌子，田中佑，早木千絵，西原智恵，柴田舞欧，岩城理恵，須藤信行
２．発表標題 慢性疼痛に対する心療内科外来治療への失感情症の影響：線維筋痛症とその他の慢性疼痛の比較
３．学会等名 第2回心身医学関連学会合同集会
４．発表年 2019年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 心療内科における難治性疼痛患者への心理社会的アプローチ
３．学会等名 第47回日本関節病学会（シンポジウム）
４．発表年 2019年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 PC医のための心療内科入門　プライマリケア医のためのマインドフルネス
３．学会等名 第23回日本心療内科学会総会（招待講演）
４．発表年 2018年

１．発表者名 Kozo Anno, Chie Hayaki, Tomoe NIshihara, Rie Iwaki, Mao Shibata, Nobuyuki Sudo, Masako Hosoi
２．発表標題 The prevalence of fibromyalgia according to adult attachment style
３．学会等名 17th　World Congress on Pain（国際学会）
４．発表年 2018年

１．発表者名 安野広三，細井昌子，早木千絵，西原智恵，柴田舞欧，岩城理恵，須藤信行
２．発表標題 慢性疼痛に対するマインドフルネスに基づく介入の効果予測因子：予備的研究
３．学会等名 第59回日本心身医学会総会
４．発表年 2018年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 マインドフルネス：理論と実践
３．学会等名 第59回日本心身医学会総会（招待講演）
４．発表年 2018年

１．発表者名 安野広三，早木千絵，西原智恵，柴田舞欧，岩城理恵，須藤信行，細井昌子
２．発表標題 愛着スタイル別の線維筋痛症の割合－その他の慢性疼痛患者との比較－
３．学会等名 第48回日本慢性疼痛学会
４．発表年 2019年

１．発表者名 安野広三，細井昌子，早木千絵，西原智恵，柴田舞欧，岩城理恵，須藤信行
２．発表標題 痛みの破局化と痛みの受容の痛み関連臨床指標に対する影響の比較：慢性疼痛患者における検討
３．学会等名 第58回日本心身医学会総会ならびに学術講演会
４．発表年 2017年

１．発表者名 安野広三，細井昌子，須藤信行
２．発表標題 消化器を含む慢性疼痛に対する心身医学的治療
３．学会等名 第58回日本心身医学会総会ならびに学術講演会
４．発表年 2017年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 マインドフルネスの心身症領域での臨床経験　―慢性疼痛患者への適用を中心に―
３．学会等名 第40回精神身体合併症研究会（招待講演）
４．発表年 2017年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 心身症領域とマインドフルネス
３．学会等名 第12回身体疾患とうつ病研究会（招待講演）
４．発表年 2017年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 慢性疼痛に対するマインドフルネスの適用―難治例における課題を中心に
３．学会等名 日本マインドフルネス学会第4回大会
４．発表年 2017年

１．発表者名 安野広三，細井昌子，早木千絵，西原智恵，柴田舞欧，岩城理恵，須藤信行
２．発表標題 愛着スタイル別の線維筋痛症の割合―その他の慢性疼痛患者との比較
３．学会等名 第57回日本心身医学会九州地方会
４．発表年 2018年

１．発表者名 安野広三
２．発表標題 慢性の痛みにおけるマインドフルネス
３．学会等名 第47回日本慢性疼痛学会（招待講演）
４．発表年 2018年

〔図書〕　計2件

1．著者名 安野広三　他	4．発行年 2018年
2．出版社 日本医事新報社	5．総ページ数 236
3．書名 マインドフルネスを医学的にゼロから解説する本	

1．著者名 「慢性の痛み診療・教育の基盤となるシステム構築に関する研究」研究班	4．発行年 2018年
2．出版社 真興交易医書出版部	5．総ページ数 342
3．書名 慢性疼痛治療ガイドライン	

〔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	松下　智子 (Matsushita Tomoko) (40618071)	九州大学・キャンパスライフ・健康支援センター・准教授 (17102)	
研究分担者	細井　昌子 (Hosoi Masako) (80380400)	九州大学・大学病院・講師 (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