

令和 6 年 5 月 23 日現在

機関番号：32612

研究種目：若手研究

研究期間：2020～2023

課題番号：20K14196

研究課題名（和文）うつ病に対する認知行動療法の長期観察にもとづく治療予測因子の検討

研究課題名（英文）Follow-up on Long-Term Outcomes of Cognitive Behavioral Therapy

研究代表者

倉田 知佳（Kurata, Chika）

慶應義塾大学・医学部（信濃町）・研究員

研究者番号：00793431

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,000,000円

研究成果の概要（和文）：うつ病は多様な病態であり、症状が遷延化し治療が長期に渡る場合も多く、患者の人生に大きな影響を及ぼすが、妥当な科学的方法論にもとづいて心理・社会的観点から検討された長期経過の報告は極めて少ない。本研究では、認知行動療法を施行し1年以上経過したうつ病患者を追跡評価し、認知行動療法の長期経過と、背景因子、生活状況、症状等の臨床指標の包括的な評価指標との関連を明らかにすることを目的とした。その結果、認知行動療法終了後約4年経過した後も80%は寛解に至っており、認知行動療法の持続性効果が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の結果、認知行動療法終了後約4年経過した後も80%は寛解に至っており、認知行動療法の持続性効果が示唆された。このことは、症状が遷延化し治療が長期に渡る場合が少なくないうつ病の治療において、認知行動療法によって効果が維持され、うつ病の再発が予防されていることを示唆している。この結果は、患者の症状改善にとどまらずquality of lifeにもつながることが期待される。

研究成果の概要（英文）：Depression is a diverse condition that often results in prolonged symptoms and long-term treatment, and has a significant impact on patients' lives. However, there are very few reports of long-term outcomes that have been examined from a psychological and sociological perspective based on valid scientific methodology. In this study, we followed and evaluated depressed patients who had been treated with cognitive-behavioral therapy for at least one year, and aimed to clarify the relationship between the long-term course of cognitive-behavioral therapy and a comprehensive assessment index of clinical indicators such as background factors, life circumstances, and symptoms. The results showed that 80% of the patients remained in remission about 4 years after the end of the cognitive-behavioral therapy, suggesting the persistent effect of cognitive-behavioral therapy.

研究分野：臨床心理学

キーワード：うつ病 認知行動療法 長期観察 治療予測因子

1. 研究開始当初の背景

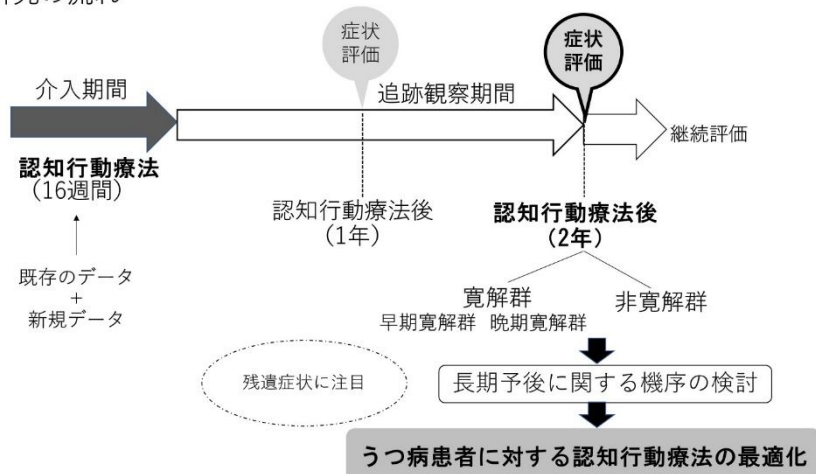
うつ病は、国民の約 16 人に 1 人が生涯に一度は発症すると推定されるほど発症頻度の高い疾患であり (Demuyttenaere, 2004)、わが国では中高年の発症が多い。それゆえ、うつ病が主要な要因の自殺や休業による損失は、年間 3 兆円にも上ると推計されており、社会的負荷の甚大さからも効果的な治療の確立が望まれている。現在のうつ病に対する治療は、薬物療法、精神療法、身体療法に大別されるが、精神療法の一つである認知行動療法は、薬物療法と同等の治療効果を有することから国内外のうつ病治療ガイドラインにおいて薬物療法とともに推奨治療の 1 つとして示されており、2010 年からは診療報酬の対象にもなっている。

標準的な認知行動療法を施行後に寛解(うつ症状がほぼ消失)に至るうつ病患者は、40%程度に留まることが報告されており (Nakagawa, 2017)、海外データも同様である。ただ多様で複雑な病態のうつ病は、症状が遷延化し、治療が長期に渡る場合も少なくなく、患者の生活や人生に大きな影響を及ぼす。特にうつ病患者の中には諸症状が概ね軽快しても、症状が残存している場合があり、それらの残遺症状は、患者自身の主観的な回復感の有無、生活上の機能水準と関連し、再発の予測因子ともなりうるといわれている (Nierenberg, 2010)。さらにうつ病は症候学的な寛解と心理社会的機能の回復の間に時差があることも多く、長期観察は欠かせない。認知行動療法には、その効果が長期にわたり持続する、持続性効果 (enduring effect) を認めるという特徴があり、これは薬物療法には認められないとの示唆もある (Holton, 2005)。

Bockting (2009) は反復性うつ病患者の長期追跡評価において、薬物療法と認知行動療法の併用群の再発率が薬物療法群に比べて有意に低かったと報告し、認知行動療法には再発予防効果 (relapse prevention effect) も認められてきた。一方で、認知行動療法により寛解に至っても再発する患者が存在することもまた事実である。すなわち、うつ病患者の中には認知行動療法の効果が早期に認められる群 (早期寛解群) もあれば、介入後に遅れて認められる群 (晩期寛解群) もあり、あるいは効果が消失する群もあると考えられる。

このようなことから、認知行動療法の長期経過を明らかにし、転帰に関する機序を解明することは、うつ病患者に対してより有効な治療を検討し、患者一人一人に合わせた認知行動療法を提供するという、認知行動療法の最適化をはかる意味でも臨床的に意義が高いと考えられる。

本研究の流れ



2. 研究の目的

本研究では、認知行動療法を施行したうつ病患者の経過を追跡し、病前気質や家族歴などの背景因子、活状況、臨床指標の包括的な評価を行い、認知行動療法実施後の長期経過との関連を検討することを目的とした。なかでもこれまでの研究の長期転帰の報告の多くは認知行動療法終了後 1 年までで、1 年以上を超えた転帰についてはほとんど報告されていない。そこで本研究では、認知行動療法終了 1 年以上が経過した患者を対象に、転帰調査を行った。

3. 研究の方法

本研究では、認知行動療法を終結後 1 年以上経過したうつ病患者の経過を追跡した。評価にあたっては、構造化された診断面接やうつ病症状評価面接、自記式質問紙の定量データを用いて、統計学的手法にて解析した。

研究対象者は認知行動療法導入時に DSM- の大うつ病性障害の診断基準を満たし、ハミルトンうつ病評価尺度 (以下、HAM-D17) 14 点の 20 歳以上 65 歳未満の成人で、認知行動療法終了後

1年以上が経過した21名(平均年齢: 37.8(SD 7.7)歳)であった。うつ病症状としてHAMD17、を簡易抑うつ症状尺度(以下、QIDS)、ベック抑うつ質問票(以下、BDI-)を用いた。HAMD17、QIDS 5、BDI- 13を寛解と定義した。なお、本研究は研究実施機関の倫理委員会での承認後、対象者から同意を得て実施された。

4. 研究成果

認知行動療法開始時の症状評価は、HAMD17が平均17.3点(SD4.5)、QIDSが平均13.1点(SD5.5)、BDI- が平均24.6点(SD7.3)であった。CBT終了後、1年~7年9ヶ月(平均3年8ヶ月)で、HAMD17の平均は4.4点(SD2.7)で80%が寛解に至っていた(0~7点が17名、8~11点が4名)、QIDSの平均は5.4点(SD4.1)で57%が寛解、BDI- の平均は10点(SD9.3)で80%が寛解となっていた。

本研究の結果、認知行動療法終了後約4年経過した後も80%は寛解に至っており、認知行動療法の持続性効果が示唆された。このことは、症状が遷延化し治療が長期に渡る場合が少なくないうつ病の治療において、認知行動療法によって効果が維持され、うつ病の再発が予防されていることを示唆している。この結果は、患者の症状改善にとどまらず quality of life にもつながることが期待される。

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 倉田知佳, 満田大, 片山奈理子, 野上和香, 佐々木洋平, 中川敦夫
2. 発表標題 うつ病に対する認知行動療法の持続性効果：長期追跡の検討
3. 学会等名 第22回日本認知療法・認知行動療法学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 倉田知佳, 満田大, 片山奈理子, 野上和香, 中川敦夫
2. 発表標題 うつ病に対する認知行動療法の持続性効果に関連する因子の検討
3. 学会等名 第23回日本認知療法・認知行動療法学会
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
---------------------------	-----------------------	----

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