

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 8 月 7 日現在

機関番号：24701

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2013～2016

課題番号：25461780

研究課題名(和文) 過重労働者に対するiCBTの有効性とNIRSを用いたCBTの神経基盤の検討

研究課題名(英文) Efficacy of CBT for sick leave due to depressive disorder and

研究代表者

坂本 友香 (Sakamoto, Yuka)

和歌山県立医科大学・医学部・助教

研究者番号：90423938

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,700,000円

研究成果の概要(和文)：過重労働のためにうつ病を発症した患者に対して復職のためのリハビリプログラムであるリワークプログラムを行い、有効性について検討した。リワークプログラムは、認知行動療法をベースにしたプログラムで行った。和歌山県立医科大学附属病院のリワークプログラムに参加した21人の患者において、リワークプログラム前後12ヵ月の就労期間について比較検討した。プログラム後に復職した患者は76%であり、復職した患者の90%以上が12ヵ月の間、再休職しなかった。プログラム後の就労期間はプログラム前の就労期間よりも有意に長かった。認知行動療法をベースにしたリワークプログラムにおける復職と再休職予防の有効性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：The aim of this study was to assess the Rework Program's efficacy following the patient's return to work and for relapse prevention. Our program is based on a cognitive behavioral therapy approach. The subjects included 21 patients who participated in the Rework Program at our university hospital. We compared the working periods of the participants in the 12 months after the Rework Program. Seventy six percent of the patients returned to work after the program, and over 90% of those who returned to work did not take another sick leave during 12 months follow-up. The working periods after the program were significantly longer than those before the program for all participants. The present study suggests good efficacy of the program on return to work and on relapse prevention following the initial return to work.

研究分野：認知行動療法

キーワード：リワークプログラム 認知行動療法 休職 うつ病性障害

(1) 研究開始当初の背景

イギリスにおいて、1日11時間以上働く公務員のうつ病リスクは、1日7~8時間働く公務員の2.43倍と高いことが報告された。(Marianna 2012)日本では、平成21年の総務省の労働力調査において、491万人もの労働者が月80時間以上勤務しているという実態があった。うつ病による休職は、長期間にわたるといふ報告がなされており(Koopman 2008, Survaniemi 2003)。うつ病による休職が増加しつつある近年、うつ病患者の復職と再発予防は精神科臨床の重要な課題である。

うつ病による離職、休職、生産性の低下は、患者・家族の生活を大きく障害することに加え、社会経済的損失も大きい。日本におけるうつ病患者の非就業費用、休職費用、復職後の生産性の損失は計2兆123億7,200万円にのぼると推察される大きな社会問題である(佐渡 2011)。

休業状態から就業状態への移行においては薬物療法のみでは十分な安定を得られず、リハビリテーションが必要となる(五十嵐 2012)。このため、職場復帰にあたって復職準備性、うつ病の再発予防性を高めるリワークプログラムが注目されている(大木 2012)。

そのような中、復職準備性、再発予防性を高めるリワークプログラムが複数の施設で実施されるようになり、その有効性が報告されてきた(大木 2012、北川 2009)。しかし、復職プログラムについてのわが国のデータは少数の臨床例の報告に限られ(秋山 2012)、就労・復職にはその国特有の就労形態や雇用条件が大きく影響するため、本邦での知見の構築が不可欠である。

2. 研究の目的

和歌山県立医科大学附属病院では、2013年5月にリワークプログラムを立ち上げた。当院のプログラムは、認知行動療法のアプローチをベースとしており、患者が自分自身の脆弱性を理解し、それに対する対処法を立案し、対処法を実践できるようになることを目標とし、再発予防に重点を置いている。

我々は、リワークプログラムの復職と再発予防に対する有効性を評価するために、リワークプログラム前後12ヵ月の就労期間を比較した。加えて、介入前後でリワーク標準化準備シート(RAPAS)の得点の変化も調査した。

3. 研究の方法

(1) 対象者は、2013年5月から2016年1月の間に和歌山県立医科大学附属病院のリワークプログラムに参加した21名の患者である。対象者は、当科に通院中の外来患者及び他のクリニックからリワークプログラムへの参加を勧められ、当科に紹介された患者からリクルートされた。プログラムの参加基準はうつ病・うつ状態で外来通院中であ

ること(アルコール依存症、統合失調症、統合失調感情障害の患者は除く)、②診断書を提出し、休職中であること、現在の雇用条件が、32時間以上勤務であること、

社会保険に加入していること、産業医との相談関係があること、としている。

患者の精神医学的な診断は、DSM-IVにて大うつ病性障害が19名、双極性障害(Ⅱ型)が1名、気分変調性障害が1名であった。職種は公務員が13名、民間企業の会社員が8名であった。この研究において、休職とは、うつ病あるいはうつ状態にて診断書を提出して、1か月以上休んでいることと定義した。

(2) リワークプログラムのスタッフは精神科医2名、看護師1名、精神保健福祉士1名で構成されている。リワークプログラムは、朝9時から午後4時までデイケアの形式で週4.5日で行っている。プログラムは下記の通りである。(Table 1)

オフィスワーク：自分で設定した課題に従って作業をおこなう。最初は、仕事と関係のない本の読書(認知行動療法の事前学習など)を行い、その後、自分の傾向を振り返り、自分の脆弱性に対する対策を考える。また、仕事に関係する作業を行う。復職が近くなると、特別課題(休職に至った経緯を振り返り、自分の傾向とそれに対するどんな対策を立ててどのように実践したかをまとめたもの)に取り組む。

個人面談：患者さんに対する自己評価とスタッフによる他者評価を比較し、ズレはどうして生じたのか、スタッフとの話し合いを通して自分の状態や能力、周囲の状況を受け入れ、自分自身の課題に取り組んでいけることを目的とする。

心理教育：うつ病に関する正しい知識を学び、再発予防に備える。

パソコン作業：新聞記事の中から興味のある記事1つを選んで自分なりのレイアウトに変えて新聞を作成する。完成後、要旨と記事を選んだ理由や感想を発表する。集中力と作業能力、プレゼンテーション能力を向上させることを目的とする。

集団認知行動療法：1クールは8セッションから成り、各セッションは約120分で行っている。セッションの中には、認知再構成、問題解決技法、行動活性化、アサーションの技法が含まれている。患者は、これらのスキルを理解し、仕事のストレスに対してこれらのスキルを使えるようになることを目的としている。

集団創作活動：集団でペーパークラフトやちぎり絵を作成する。リーダーやサブリーダーなどの役割をメンバー同士の話し合いで決め、スタッフから指示された条件の作品を役割行動を意識しながら協力して作成する。作業終了時に振り返りも行う。

集団活動：リワークで勉強した内容やリワー

クに関する楽しいことについて集団で新聞を作成する。2 チームに分け、それぞれのリーダーをスタッフから指名する。リーダーを中心にサブリーダーと記事の編集担当を決め、記事の内容やレイアウトなどをグループで話し合い役割行動を意識して新聞を作成する。

集団精神療法：自分の悩みや気になることをテーマとして挙げ、ディスカッションを行う。適切な自己主張を行って相談する練習に加えて、自己理解を深め、自分なりの疾病管理等を身に付けていくことを目的とする。

	AM	PM	金
週	オフィスワーク 個人面談	集団創作活動	パソコン作業 (新聞まとめ)
日	集団認知行動療法 オフィスワーク	スポーツ	ヨガ/アロマ
金			心理教育 集団精神療法

Table1 リワークプログラム

(3) 標準化評価シート (RAPAS) は復職準備性を評価するものであり、出席率、不眠・疲労、集中の持続、他のメンバーやスタッフとの会話、協調性、適切な自己主張、不快な行為、役割行動、対処行動、気持ちの安定、積極性・意欲、他のメンバーやスタッフからの注意や指摘への反応の 12 項目からなり、各項目 1 から 4 点で評価する。

(4) リワークプログラムの有効性と復職後の再発予防は、プログラム介入前後の 12 カ月間の就労期間を Wilcoxon の符号付順位検定を用いて比較検討した。リワークプログラム前後の標準化評価シートの各項目の得点変化は、対応のある t 検定を用いて検討した。なお、この研究は和歌山県立医科大学の倫理委員会にて承認を得ている。

4. 研究成果

(1) 76%の患者がプログラム後に復職した。復職した患者のうち、90%以上が 12 カ月のフォローアップ期間に再休職しなかった。プログラムの参加期間は平均 7.6 ヶ月だった。プログラム後の就労期間はプログラム前の就労期間よりも有意に長かった。(p=0.002, Wilcoxon signed-rank test)(Figure 1)

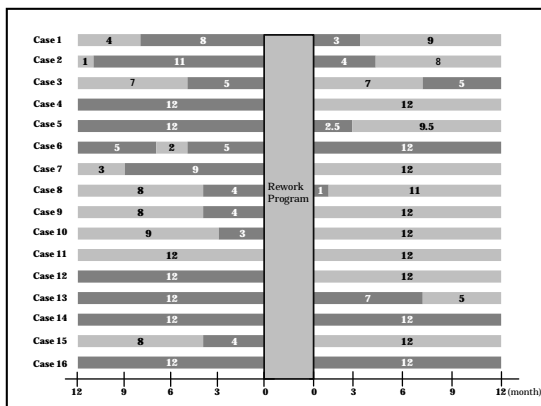


Figure1 プログラム前後の就労期間の比較

Case1-11 はプログラムを修了し、Case12-16 は修了しなかった。ダークグレーは休職を、ライトグレーは就労を表している。

(2) プログラムを修了した患者の RAPAS の下位項目においては、出席率 (p=0.005)、適切な自己主張 (p=0.002)、対処行動 (p=0.003)、積極性・意欲 (p<0.001)、他のメンバーやスタッフからの注意や指摘への反応 (p=0.001) のプログラム後の平均得点がプログラム前と比較すると有意に高かった。

この研究は、プログラム前後 12 カ月間の参加者の就労期間を比較することで復職の有効性や再発予防効果を調査した最初の研究である。また、リワークプログラムの有効性についての知見は国内でも少ないが、国外で報告したのは初めてであり、学術的にも有意義なものであると考える。

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 1 件)

Efficacy of a Rework Program for Sick Leave due to Depressive Disorders

Yuka Sakamoto, Shun Takahashi, Masahiro Yamamoto, Ryoko Minamimura, Nayuka

Arida, Satoshi Ukai, Kazuhiro Shinosaki
Journal of Depression and Anxiety 6:265,
2017 DOI:10.4172/2167-1044.1000265

[学会発表](計 3 件)

坂本友香, 高橋隼, 山本真弘, 南村涼子,
有田奈佑香, 山田信一, 鵜飼聡, 篠崎和弘：
和歌山県立医科大学附属病院におけるリワークプログラム前後 12 カ月間の就労期間の比較 第 20 回日本精神保健・予防学会学術総会 2016.11.12-13 東京

坂本友香, 高橋隼, 山本真弘, 南村涼子,
有田奈佑香, 山田信一, 鵜飼聡, 篠崎和弘：
和歌山県立医科大学附属病院におけるリワークプログラムの効果と再発予防性の検討, 第 19 回日本精神保健・予防学会 2015.12.12-13 仙台

Yuka Sakamoto, Shun Takahashi,
Masahiro Yamamoto, Ryoko Minamimura,
Nayuka Arida, Shinichi Yamada, Satoshi Ukai,
Kazuhiro Shinosaki: The effect of return-to-work program in Japan- A preliminary study on retrospective review of medical records - 16th world Congress psychiatry Madrid September 14-18, 2014

[図書](計 0 件)

[産業財産権] なし

出願状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

取得状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

坂本友香 (SAKAMOTO Yuka)
和歌山県立医科大学・医学部・助教
研究者番号：90423938

(2) 研究分担者

辻 富基美 (TUJI Tomikimi)
和歌山県立医科大学・医学部・非常勤講師
研究者番号：10347586

高橋 隼 (TAKAHASHI Shun)
和歌山県立医医科大学・医学部・講師
研究者番号：10508021

篠崎和弘 (SHINOSAKI Kazuhiro)
和歌山県立医科大学・医学部・教授
研究者番号：40215984

大野裕 (OHNO Yutaka)
国立研究開発法人国立精神・神経医療研究
センター・認知行動療法センター・顧問研究
員

研究者番号：70138098

鵜飼 聡 (SATOSHI Ukai)
和歌山県立医科大学・医学部・准教授
研究者番号：80324763

山本眞弘 (MASAHIRO Yamamoto)
和歌山県立医科大学・医学部・助教
研究者番号：80423937

(3) 連携研究者 なし

(4) 研究協力者 なし