

課題番号：27-3

研究課題名：認知行動療法を国民の生活に活用するための研究

主任研究者：堀越 勝（国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター）

分担研究者：田島美幸（国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター）、中川敦夫（慶應義塾大学病院 臨床研究推進センター）、伊藤正哉（国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター）

1 研究目的

本研究は、認知行動療法（CBT）の理解に基づく治療・ケアの手法を、国民が広く活用できるための基盤を構築することを目的とした。『生活に活かせる認知行動療法のあり方』を提示するため、とくに復職支援、行動医学、均てん化という3つの枠組みに焦点を絞って研究を進めた。

2 研究方法

復職支援では前後比較試験および社会保険労務士との連携モデルを検討し推進した。行動医学では、過敏性腸症候群へのCBT多施設共同研究のためのプロトコルやマテリアル作成を行った。均てん化では臨床試験およびシステム構築を進めた。いずれも必要な倫理委員会の承認を受けて進めた。

3 研究結果及び考察

1 復職支援：

研究①では、うつ病、不安症、適応障害を主診断とする休職者を対象に、仕事に焦点化したCBTと職場連携を中核とした復職支援プログラムによる介入を実施し、前後比較試験によって、1クール（4カ月）介入後の復職率を検討した。研究②では、東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部との連携関係を築き、活動連携のための会議を開

催し（計9回）、同支部内にリワークプログラムメンバー（11名）を発足した。また、社会保険労務士向けセミナー、医療従事者向けセミナー、社会保険労務士を対象とする講演会、うつ病患者を対象とする講義を実施した。

2 行動医学：

過敏性腸症候群（IBS）に対するCBTについて、多施設共同でのRCT実施に向け、研究協力体制の構築および研究計画の作成を行った。介入実施者育成のため、治療者用マニュアルの作成し、それを用いた実践を行った。研究体制としては、慶應義塾大学病院、杏林大学病院、熊本大腸肛門病センター高野病院からは患者リクルートおよびCBT実施協力の内諾を得た。

3 均てん化：

iCBTについては、40名のうつ病患者を対象にwaiting-listを対照としたランダム化比較試験（RCT）を実施し、iCBT実施群は12週間の介入終了時において対照群よりもうつ症状の改善が認められ、その効果は少なくとも介入終了後3か月まで持続した。RCTの経験をもとに、患者用ガイドブックのブラッシュアップし、一般の医療機関でも使用しやすい実施マニュアルを開発

した。

うつ病や不安症など幅広い疾患を対象とする Unified Protocol (UP) に関しては、UP を開発したボストン大学の Unified Protocol Institute を訪れ、所長の Shannon Zavala-Sauer 博士や UP 熟練治療者の Todd Farchione 博士からヒアリングを行い、米国における訓練の仕方や、それを支えるシステムについての情報を得た。わが国での均てん化を見据えて、NCNP の研究チームが直接コンサルテーションを受ける準備を進めた。UP の治療プロセスを測定する Emotion Regulation Skills Questionnaire の信頼性と妥当性を確認した論文が採択された。他にも、UP 治療で重要な測定尺度などについての論文執筆を進めた。

4 結論

復職支援、行動医学、そして均てん化という様々な枠組みから CBT を国民に届ける研究を前進させられたと考えられる。

5 研究発表

原著論文 63 件 うち査読付論文 28 件
学会発表 30 件、図書 36 件

Nakagawa A, et al., Effectiveness of supplementary cognitive behavioral therapy for pharmacotherapy-resistant depression: a randomized controlled trial. J Clin Psychiatry, in press, 2017

Yoshino A., ... Horikoshi M, Changes in resting-state brain networks after

cognitive-behavioral therapy for chronic pain, 12, 1-11, 2017.

Fujisato H, Ito M, et al., Reliability and Validity of the Japanese Version of the Emotion Regulation Skills Questionnaire Journal of Affective Disorders, 208, 145-152, 2016

Ito M., Horikoshi M, et al., Transdiagnostic and transcultural: pilot study of unified protocol for depressive and anxiety disorders in Japan, 47, 416-430, 2016

Kimura R, Mori M, Tajima M et al., Effect of a brief training program based on cognitive behavioral therapy in improving work performance: A randomized controlled trial. Journal of Occupational Health, 57, 169-178, 2015

6 知的所有権の出願・取得状況 なし

7 自己評価

1) 達成度

CBT の活用が限定されていた復職支援や行動医学への研究や均てん化の基盤を整えられた。

2) 学術的、国際的、社会的意義

本研究班による知見が国内外の学術雑誌に公表された。復職支援では社労士との連携という新たなモデル提示もできた。

3) 行政的意義について

疾患の予防や治療という観点だけでなく、
一億総活躍社会に寄与する研究が展開でき
た。

4) その他特記すべき事項 なし