

厚生科学研究費補助金（慢性の痛み対策 研究事業）
平成 23 年度～平成 25 年度 分担研究報告書

「痛み」に関する教育と情報提供システムの構築に関する研究

分担研究課題：痛みに関する情報を統合する機関の整備と広報活動

研究分担者 池本竜則

愛知医科大学 運動療育センター 助教

研究要旨

2010 年、厚生労働省から発表された「今後の慢性の痛み対策についての提言」に記載されているように、慢性の痛みは分子レベルの問題から社会の影響まで様々な要因が複雑に影響しており、社会的にみても痛みの治療体系を統一化することは困難であるため、痛み診療を行うための教育の重要性が指摘されている。そこで「痛みに関する正しい情報を統合する機関」の要件として、痛みに関して信頼されうる学術情報を集約可能かつ、市民への情報発信も可能な機関であることが必要であると考えられる。分担研究者らは、上記の目的と一致する痛み関連の NPO 法人を設立した経緯があり、NPO 法人「いたみ医学研究情報センター」において、慢性疼痛について科学的根拠に基づいた情報を発信できる機関を整備し、またこれを母体として、同時進行で行われている他の厚生労働省慢性の痛み対策研究班とも連携し、慢性疼痛に関する情報の集約体制を整えることとした。更に並行して、主研究により作成された「痛みの教育資料」を基に、「一般市民への教育」と「医療者への教育」について、正しい痛みの知識を普及させる活動を行った。本研究期間内（平成 23 年度～25 年度）において、一般市民を対象とした市民公開講座を 10 回、また医療者を対象とした慢性の痛みに関するワークショップを 3 回開催した。市民公開講座では、正しい痛みの知識の普及と同時に、痛みを持つ人に対して、痛み診療の現状についてのアンケート調査を行った。その結果、長期間の痛みを持つ群では、痛みそのものが強くなる傾向が認められ、また長期間強い痛みをもつ群では、多くの治療手段を要する現状が示された。また医療者研修会においては、最終年度の会で理解度試験を行い、研修成果として慢性の痛みに関する知識の向上が確認された。これらの取り組みを通じて、今後も正しい痛み情報の教育・普及活動の継続が重要であると思われた。

A. 目的

高齢化社会に伴い増加する筋・骨格系の運動器変性疾患では、患者の痛みを取り除くことが本医療分野における大きな命題の一つである。しかし、痛みは心も含めた個人の感情にも依存することが知られており、手術などの侵襲的治療にもかかわらず慢性的な痛みが残存することも多い。近年、厚生労働省から発表された「今後の慢性の痛み対策についての提言」に記載されているように、慢性の痛みは分子レベルの問題から社会の影響まで様々な要因が複雑に影響しており、このような「慢性疼痛」の全人的治療法は、本邦では確立されていない。痛みの診療状況に対して米国ミシガン州で行われた調査では、医師の約 30%の人が正規の痛み教育を受けていないことが判明しており、痛みの治療自体が統一されていないことが問題点としてあげられ、痛み診療の教育の重要性が指摘されている¹⁾。本主研究は、痛み診療の教育のための情報システムの構築であるが、システムとしてなんらかの母体が必要となる。そこで本研究は、その母体として「痛

みに関する正しい情報を統合する機関」の役割を担う組織として、「医療者への教育」と「一般国民への教育」の資料を発信でき、慢性痛の信頼できる情報が集約された NPO 法人「いたみ医学研究情報センター」の組織づくりを行った。また並行して、主研究により作成された「痛みの教育資料」を元に、「医療者への教育」と「一般市民への教育」について、正しい痛みの知識を普及させる活動を行うこととした。

B. 方法

「痛みに関する正しい情報を統合する機関」の要件としては、痛みに関して信頼されうる学術情報を集約可能かつ、市民への情報発信も可能な機関であることが必要であると考えられる。分担研究者らは、上記の目的と一致する痛み関連の NPO 法人を設立した経緯があり、NPO 法人「いたみ医学研究情報センター」において、慢性疼痛の科学的根拠に基づいた情報システムを発信できる機関を整備し、またこれを母体として、

同時進行で行われている他の厚生労働省慢性の痛み対策研究班とも連携し、慢性疼痛に関する情報の集約体制を整えることとした。本事業は2010年厚生省から発表された「今後の慢性の痛み対策についての提言」の記述されているように、信頼性が高く、国民が正しい最新情報を入手できるシステム構築のため、以下の計画手順に従い実施した。

1) **NPO を母体とした慢性の痛みの情報集約機関の組織作り**

厚生労働省慢性の痛み対策研究班に NPO 法人活動の概要の報告し、研究班事業との連携を依頼する。各研究班の研究概要コンテンツを作成する。コンテンツを吟味し、ホームページに公開する。

上記に並行して、主研究により作成された「痛みの教育資材」を元に、「一般市民への教育」と「医療者への教育」について、正しい痛みの知識を普及させるため、一般市民を対象とした「市民公開講座」を、また医療者を対象とした「慢性の痛みに関するワークショップ」を計画した。

2) **「医療者」及び「一般市民」に対する、正しい痛みの知識の普及活動**

膝痛・腰痛など国民有訴率の高く、慢性痛頻度の高い症状に対して、エビデンスに基づく知識の普及を目的とした講演や、線維筋痛症や CRPS など原因や治療法など不明確なものに対する対処法などの講演を市民公開講座として年間 3-4 回の頻度で開催することとした（H23 年度～）。市民公開講座では、痛みを持つ人に対して痛み診療の現状についてのアンケート調査を行い、個人情報の特定されない範囲で、結果の公表に同意した人を対象として、アンケート結果の分析を行った。慢性痛の特徴や対処法、慢性痛診療時の注意点などについてワークショップ形式で行う医療者研修会を年間 2 回の頻度で開催を計画した（H24 年度～）。尚最終年度に実施した研修会では、慢性痛に対する理解度確認及び研修成果の確認のために、理解度確認試験を実施し、個人情報の特定されない範囲で、結果の公表に同意した人を対象として、その結果を分析した。

C. 結果

1) **NPO を母体とした慢性の痛みの情報集約機関の組**

組織作り

厚生労働省慢性の痛み対策研究班、研究代表者に依頼し、NPO 法人のステアリングを行う評議委員会委員への承諾を頂いた（7 研究班）。

厚生労働省慢性の痛み対策研究班の研究計画の概要を集約し、一般人にも分かりやすいように各班の研究事業シエマを作成した。

厚生労働省慢性の痛み対策研究班の合同報告会に出席し、研究班事業の内容を確認し、各評議員より評価をいただいた。

上記研究事業内容をホームページ上で公開した。
（ <http://www.pain-medres.info/research/index.html> ）

2) **「医療者」及び「一般市民」に対する、正しい痛みの知識の普及活動**

市民公開講座の開催実績

（ <http://www.pain-medres.info/seminar/past1.html> ）

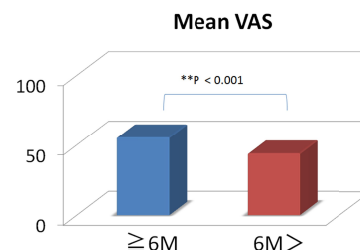
H23 年度	日時	場所
市民セミナー（高知）	H23年7月16日	高知県
市民公開講座（愛知）	H23年9月27日	愛知県
市民公開講座（大阪）	H23年11月20日	大阪府

H24 年度	日時	場所
市民公開講座（愛知）	H24年5月24日	愛知県
市民セミナー（高知）	H24年5月26日	高知県
市民公開講座（東京）	H24年11月19日	東京都
市民公開講座（岡山）	H25年1月27日	岡山県

H25 年度	日時	場所
市民公開講座（高知）	H25年6月16日	高知県
市民公開講座（東京）	H25年10月20日	東京都
市民公開講座（福岡）	H26年1月13日	福岡県

市民公開講座で行ったアンケートの結果（N=343）

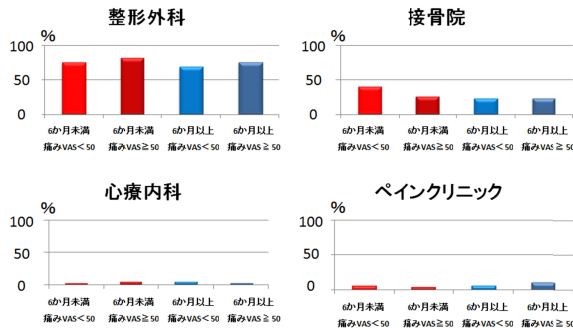
(1) 痛みの罹病期間の差で、痛み VAS 値に変化があるか？



: 痛みの罹病期間を半年以上群と半年未満群に分類す

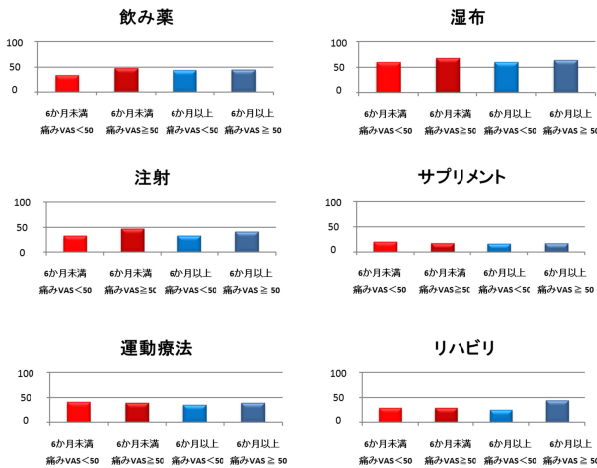
ると、主観的痛み強度 (VAS) に有意差が認められ、長期間の痛みを持つ人は、痛みそのものが強くなる傾向が示されていた。

(2) 痛みの罹病期間と痛みの強さ別にみた、診療機関の違い



：いずれのグループにおいても、整形外科を受診する割合が圧倒的に多く、ついで接骨院の順であった。半年以上痛み VAS 50 のグループでは、ペインクリニック受診割合が若干増える傾向であった。

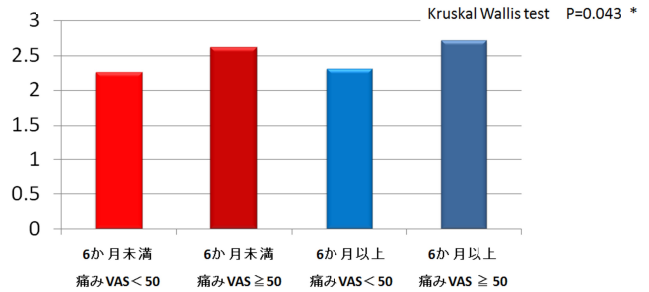
(3) 痛みの罹病期間と痛みの強さ別にみた、治療手段の違い



：いずれのグループにおいても、湿布薬の使用頻度が最も高い傾向がみられていた。また、半年以上痛み VAS 50 のグループでは、リハビリ治療のニーズが高くなる傾向がみられた。

(4) 痛みの罹病期間と痛みの強さ別にみた、治療手段の数の比較

治療手段の合計数



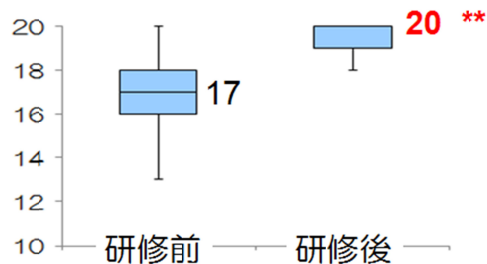
：半年以上痛み VAS 50 のグループでは、より多くの治療手段を必要としている傾向があり、各グループの治療手段の数 (平均) には統計学的有意差が認められた。

医療者研修会の開催実績

(<http://www.pain-medres.info/professional/group/index.html>)

- (1) 名古屋開催：慢性の痛みワークショップ
開催日時：H24年10月28日(日)10:00~15:00
開催場所：名古屋市 愛知県青年会館
参加人員：19名
- (2) 東京開催：慢性の痛みワークショップ
開催日時：H25年6月23日(日)10:00~15:00
開催場所：東京都品川 京急第2ビル
参加人員：53名
- (3) 大阪開催：慢性の痛みワークショップ
開催日時：H25年11月17日(日)10:00~15:00
開催場所：大阪府 新大阪丸ビル
参加人数：54名

研修前後で行った理解度試験の結果 (20問)



研修前後に行った理解度試験の成績 (中央値)。
：研修前後に理解度試験を行うことにより慢性痛に対する知識の向上が確認された (Wilcoxon signed-rank test, **P<0.01)。

D. 考察

米国ワシントン大学の Loser 博士は、現在の「慢性的な痛み」に対する診療の問題点として、除痛治療アウトカムの信頼性低さや、治療を行う医療者側の知識不足及び不十分な医学教育を、また慢性疼痛患者のオピオイド薬への耽溺性を提唱している²⁾。つまり、「慢性疼痛を診療する医療システムの構築」のためには、その前提として「医療者への教育」と「一般国民への教育」が不可欠であると考えられる。「痛み」及び「情報」を検索ワードとした Web 情報は溢れており、病院や様々な商品広告が多くみられるが、医療者ですら十分な痛み診療の教育がなされていない現状では、一般市民がそのニーズを抽出する能力「痛みの情報リテラシー」は不十分であると考えられる。今回 3 年間の研究期間内において、その研究の目的の一つである「痛みに関する情報を統合する機関」の整備に関しては、他の厚生労働省慢性的の痛み対策研究班と意思疎通を図ることにより、それらの情報を統合可能な機関としての整備が整ってきたと思われる。今後は、本組織体制を、より信頼されうるものとして継続して運営していくことが重要である。

一方で、慢性疼痛への治療法は多岐にわたっており、医師が個人レベルで行われていることが問題点としてあげられているが、その対応策として、ノルウェーでは、オピオイドやベンゾジアゼピンなど痛み治療における耽溺性に関する薬の使用は、すべて処方歴の登録が行われていたり、またカナダのケベックでは、慢性疼痛に対する治療に対して、受診する患者の過去の治療歴、質問紙法や、新しい治療のアウトカムに至るまでデータベース化し解析するような取り組みが行われている。本研究期間内に開催した市民公開講座のアンケート調査結果をみても、内服・注射治療は痛みの治療手段としてなくてはならないものであると考えられ、各薬剤の使用状況については今後も注意深くフォローする必要があるものと考えられる。

今後は NPO 法人を慢性痛情報の主要機関として活用し、「一般市民」及び「医療者」に対して、定期的に、市民公開講座や医療者研修会の開催していくこと及び、正しい痛み情報の Up to date と統合を行うことで、より一層信頼性の高い痛みの教育の普及活動を行っていく予定である。

F. 参考文献

1) Green CR, et al. Analysis of the physician variable in pain management. Pain Med. 2001 Dec;2(4):317-2

2) JohnD.Loesser; Five Crises in Pain Management.Pain: Clinical Updates,Jan 2012 Volume XX, Issue1

G. 研究発表

池本竜則 他、「市民アンケートからみた痛みの診療の実態調査」第 6 回日本運動器疼痛学会 平成 25 年 12 月 6 日 (神戸)

H. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得
該当なし。
2. 実用新案登録
該当なし。
3. その他
該当なし。