

H28年度 厚生労働行政推進調査事業費補助金

(慢性の痛み政策研究事業)

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

分担研究報告書

慢性疼痛患者を対象とした心理社会的アプローチの効果に関する研究

研究分担者 尾形直則 愛媛大学大学院医学系研究科整形外科学 准教授

研究要旨

認知行動療法を基本とする心理社会的アプローチの効果を検証するために、RCTにより通常治療群と通常治療に加え心理療法士介入群で比較検討した。3ヵ月時点で、介入群は、痛みの程度、破局的思考の無力感やセルフエフィカシーの得点が改善傾向であることが示され、心理社会的アプローチを通常治療に加えることは痛みの改善だけでなく、認知面での変容に僅かながら効果がある可能性が示唆された。今後は対象者を増やし、統計的解析を行う必要がある。

A. 研究目的

海外では、慢性疼痛患者に対する心理社会的アプローチの効果研究が行われているが

(Morley et al., 1999)、本邦では効果研究は少なく、効果量も明らかではない。したがって、本研究ではRCTにより通常治療群(以下 通常治療群)と通常治療に加え心理療法士介入群(以下 介入群)に振り分け、心理社会的アプローチの効果を検証することを目的とした。本報告では、3ヶ月時点まで終了している患者の結果について述べる。

B. 研究方法

痛みセンターを受診している20歳以上75歳未満の患者のうち、痛みが3ヶ月以上持続し、痛みによる日常生活の支障があり、さらに気持ちのつらさがあるものを対象とした。研究についての同意が得られた者を、乱数表に従い振り分けを行い、各群には、介入前、1ヶ月後、3ヶ月後、6ヶ月後の4時点で質問紙(BPI: 痛みの程度、PDAS: 痛みによる日常生活の支障度、HADS: 抑うつ・不安、

PCS: 痛みに対する破局的思考、PSEQ: 痛みがあっても活動できる自信の程度、等)を実施した。介入群には、認知行動療法を基本とする心理社会的アプローチを心理療法士が実施した。介入内容は、各患者の問題に合わせていたが、主に心理教育、セルフモニタリング、ディストラクション、などであった。介入頻度は、各診療科の受診に合わせ、2週間から1ヶ月に1回程度であった。

(倫理面への配慮)

愛媛大学医学部附属病院の倫理委員会の承認を得て実施した。

C. 研究結果

現段階での研究協力者は21名(平均年齢48.4±7.34歳、男性7名、女性18名、介入群14名、通常治療群11名)である。そのうち全時期実施者は、介入群2名、通常治療群3名であった。

本報告では、3ヶ月時点まで終了している14名(年齢: 48.27±7.70歳、男性: 6名、女性: 8名、介入群6名、通常治療群8名)

のBPI、PDAS、PCS、PSEQの変化について述べる。本報告では、対象者の数が少なく、統計的解析を行うには不十分であったため、各群の得点の初回時から3ヶ月の変化の最大値、最小値、中央値を算出し検討した。変化量が正の値の場合に改善傾向とした。

BPI（介入群：Median = 2.5, Min = -14, Max = 8, 通常治療群：Median = -4, Min = -6, Max = 6 ; Figure 1）、PDAS（介入群：Median = 2.5, Min = -15, Max = 9, 通常治療群：Median = -3, Min = -8, Max = 7 ; Figure 2）は、通常治療群に比べて介入群の方がやや改善傾向であることが示された。

PCSの無力感（介入群：Median = 2, Min = 2, Max = 6, 通常治療群：Median = -0.5, Min = -9, Max = 6 ; Figure 3）及びPSEQ（介入群：Median = 12, Min = 0, Max = 19, 通常治療群：Median = 0, Min = -5, Max = 7 ; Figure 4）において通常治療群に比べて介入群の方がやや改善傾向であることが示された。

D. 考察

通常治療に加え心理社会的介入を行うことは、通常治療のみよりわずかではあるが効果がある可能性が示唆された。心理療法士の介入内容は各患者に合わせて実施しているが、主に心理教育、セルフモニタリング、ディストラクションを導入していた。心理教育やセルフモニタリングにより、痛みの変化に対する気づきが促され、ディストラクションによって痛みに対する対処が可能になった可能性があり、痛みの変化だけでなくPSEQの向上及びPCSの無力感の低減につながっているのではないかと考えられる。

しかし、本報告では対象者が少なく、統計的解析を行っていない。そのため、改善傾向ではあるものの、改善の程度や介入の効果に

ついては明らかではない。今後は、対象者を増やし、統計的解析を行い検討する必要がある。

E. 結論

3か月時点においては、通常治療に加え心理社会的アプローチを実施することで、患者の痛みや日常生活の支障、認知面の変容に僅かながら効果がある可能性が示唆された。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

・小手川雄一 他, 主治医から心理療法士へ依頼する慢性痛患者の特性：慢性痛患者の痛み、生活機能障害に関連する要因の検討 日本認知・行動療法学会大会プログラム抄録集 (41), 378-379, 2015.

・関口真有 他, 慢性痛患者の気分状態及び日常生活の支障度と不眠症状との関連 日本認知・行動療法学会大会プログラム・抄録集 (41), 372-373, 2015.

・森野忠夫 他, 当院における慢性疼痛患者への集学的アプローチ-心理療法士による介入の効果- 日本運動器疼痛学会誌 7 (3), 5087-5087, 2015.

・小手川雄一, 痛みセンターにおける心理療法士の活動について 第26回中国四国ペインクリニック学会プログラム・抄録集 第14回中国四国塾, 48, 2016.

H. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む。）

- 1. 特許取得
なし
- 2. 実用新案登録
なし
- 3. その他
なし

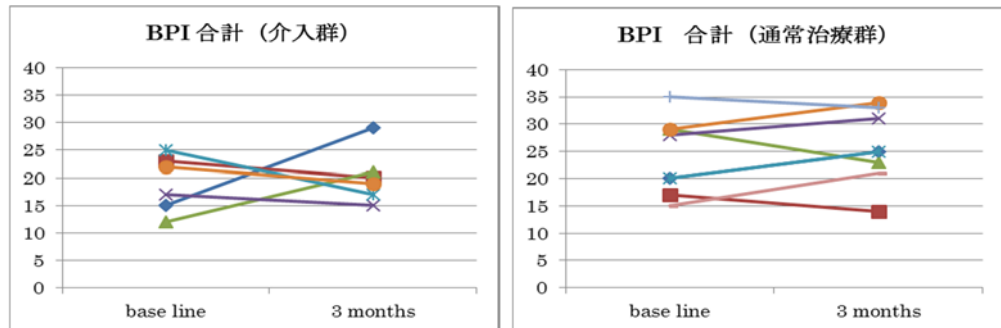


Figure 1 BPI の各患者の初回時から3ヶ月までの得点の変化

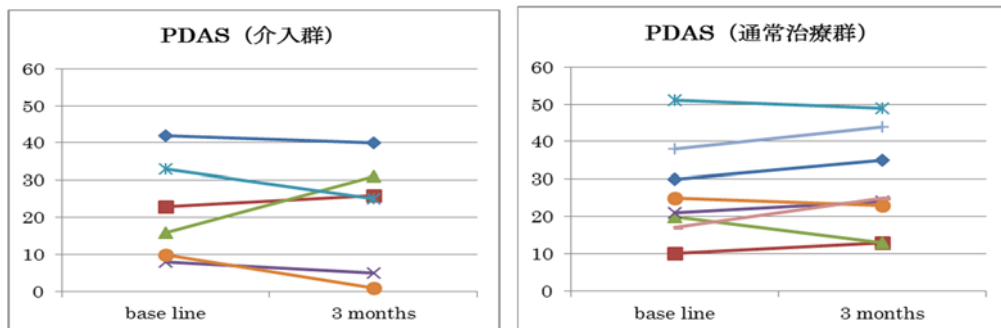


Figure 2 PDAS の各患者の初回時から3ヶ月までの得点の変化

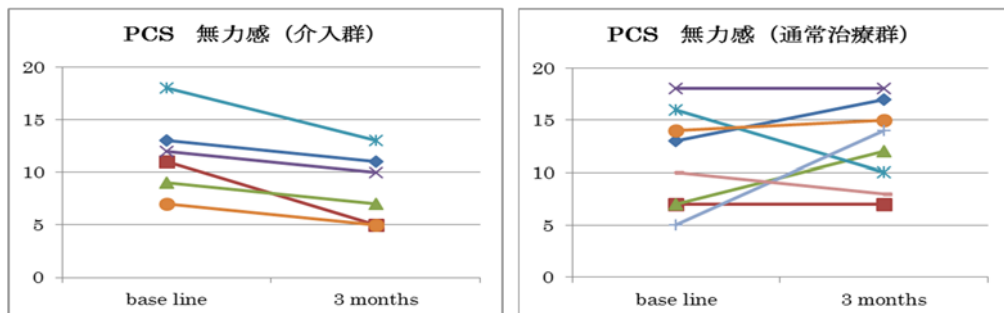


Figure 3 PCS の無力感の各患者の初回時から3ヶ月までの得点の変化

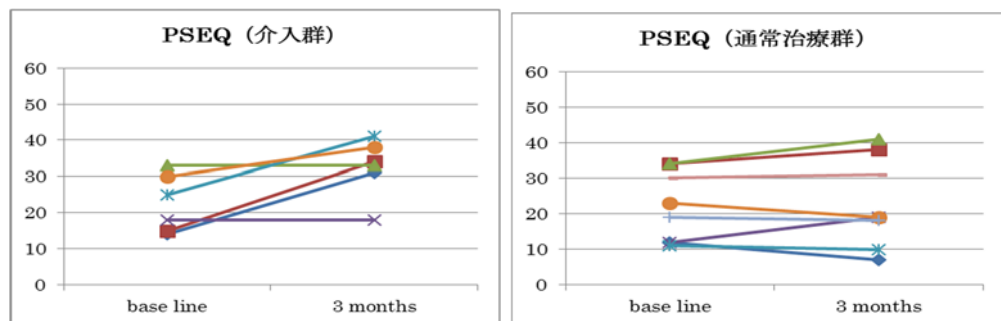


Figure 4 PSEQ の各患者の初回時から3ヶ月までの得点の変化