

うつ・不安スクリーニング評価ツール開発と背景要因分析

研究分担者 山之内 芳雄（国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所精神医療政策研究部）

研究要旨

【背景と目的】 日常の地域保健活動において精神保健にかかる相談は、精神保健相談のみならずそれ以外の相談場面で、直接的のみならず潜在的にも、また自らのことだけでなく家族等の相談など様々な次元で遭遇するものの、系統的な相談者に対する支援ツールがなく、経験に基づいた対応をしていると想定される。本研究では、その実態を把握し、それに応じた支援ツールを作成し、普及することを目的とした。本分担では、幅広くみられるであろううつ・不安に対する実態把握と支援ツールの作成を行った。

【方法】 地域の保健活動に資する、相談対応で簡便に利用できる「うつ・不安」のスクリーニングツールの開発と、その使用法につきガイドを作成した。なお作成に当たって、地域保健に従事する3名の保健師から需要や課題を聴取した。また、ガイド作成の基礎となる保健活動の必要性の量的検証を、国民生活基礎調査の目的外使用を申請し、検証した。

【結果と考察】 スクリーニングツールの使用方策について、研究代表者主催の研修会で説明しフィードバックを得、フローチャートの改定と使用における留意点を追記した。不安・うつの地域保健活動の必要性に関する量的検討では、国民でうつ・不安に課題のある者は25%いたが、そのうち精神医療にアクセスできているものは3%であることがわかり、保健活動における対応需要が大きいことがわかった。

【結論】 地域の保健活動では、うつ・不安に課題を持つものが18歳以上の国民の25%にのぼる。うつ・不安に関して、それに資するツールを作成し、利用に関する研修を行ったところであるが、スクリーニングツールの普及と活用を通じた効率的な保健活動の充実が求められる。

研究協力者

西 大輔（東京大学大学院医学系研究科精神保健分野）

目的とした。本分担では、まず実態把握として近年増加している気分障害の医療機関受診と、国民全体の気分・不安に関する実態把握を行い、そのうえで支援ツールの作成を行った。

A. 研究目的

市区町村を中心とした日常の地域保健活動において精神保健にかかる相談は、精神保健相談のみならずそれ以外の相談場面で、直接的のみならず潜在的にも、また自らのことだけでなく家族等の相談など様々な次元で遭遇するものの、系統的な相談者に対する支援ツールがなく、経験に基づいた対応をしていると想定される。本研究では、その実態を把握し、それに応じた支援ツールを作成し、普及することを

B. 研究方法

地域の保健活動に資する、相談対応で簡便に利用できる「うつ・不安」のスクリーニングツールの開発と、その使用法につきガイドを作成した。なお作成に当たって、地域保健に従事する3名の保健師から需要や課題を聴取した。

また、ガイド作成の基礎となる保健活動の必要性の量的検証を、国民生活基礎調査の目的外使用を申

請し、検証した。平成 28 年の健康票全例の提供を受け、18 歳以上の者約 50 万名の Kessler Psychological Distress Scale 日本版 (K6) 得点とメンタルヘルスにおける医療機関受診有無を解析対象とした。すなわち、うつ・不安に課題のある者がどのくらいおり、そのうちどのくらいが医療機関受診につながっているかを記述した。

(倫理面への配慮)

国民生活基礎調査の取り扱いについては統計法を順守した。

C. 研究結果

スクリーニングツールは、簡便かつ妥当性のある評価尺度を用いるため、既存の評価尺度から、2 質問票、K6、EPDS、GDS を採用した。また、それらをすべて問うのではなく、どのような順番でどれを用いるのが適当か、それぞれの尺度の解釈はどうすべきか、さらには急ぎ精神科医療につなぐべき症候について記載した。実際の保健活動中に使えるよう、手元資料を付録で作成した。各尺度の背景を記載し、そもそもの話の聞き方について WHO が災害メンタルヘルス向けに刊行した PFA (Psychological First Aid) から該当部分を抜粋したものをガイドを作成した。また、実際メンタルヘルスの保健相談を積極的に行っている自治体に関して、昨年度の本分担研究班の成果である松山市の取り組み等を実践例として掲載した。(別添資料)

国民生活基礎調査の目的外集計解析結果に関しては、国民全体でうつ・不安の課題を持つ者は約 25% おり、精神科医療受診に該当する者は約 5% いた。しかしながら、実際医療につながっている者は特に重症者ではわずかであり、保健相談活動の中で支援や医療へのトリアージを要する需要は非常に大きいことが分かった。別添ガイド中にうつ・不安の保健活動の必要性の根拠として記載した。

D. 考察

国民のメンタルヘルスを支えるべく仕組みとして、また医療への適切なトリアージ機能として、保健活動の役割は非常に大きい。しかし多様な業務所管を

担う中で、うつ・不安の問題への対応は時間的にも技術的にも困難である。さらには、精神保健領域のみならず、さまざまな分野で遭遇するであろう状況で、なるべく簡便なスクリーニングツールを実際の保健活動で活用することには一定の役割があると考える。今回、本分担研究において、ツール・ガイド等を作成したが、その普及や実際の活用による改善などが今後必要とされるであろう。これにより、例えばメンタルヘルスの問題を自覚した者が、身近な相談がわからず医療機関を受診するようなことを防ぎ、適切な保健と医療の役割分担にも資することであると考える。

E. 結論

地域の保健活動では、うつ・不安に課題を持つものが 18 歳以上の国民の 25% にのぼる。うつ・不安に関して、それに資するツールを作成し、利用に関する研修を行ったところであるが、スクリーニングツールの普及と活用を通じた効率的な保健活動の充実が求められる。

F. 研究発表

・論文発表

- 1) Nishi D, Susukida R, Usuda K, Mojtabai R, Yamanouchi Y.: Trends in the prevalence of psychological distress and the use of mental health services from 2007 to 2016 in Japan: Journal of Affective Disorders 239(15):208-213, 2018. 10
- 2) 藤原美佳, 平野美輪, 檜垣裕子, 戒能徳樹, 竹之内直人, 西大輔, 山之内芳雄, 大野裕: 産後うつ対策事業(こんにちは赤ちゃん訪問)への技術支援を通して ~地域における簡易型認知行動療法の技法活用に向けての取り組み~. 公衆衛生情報 48(1): 22-23, 2018. 4
- 3) 西 大輔, 山之内芳雄: こころの健康. 健康づくり 484(8): 12-15, 2018. 8. 1

- 4) 西 大輔, 山之内芳雄: 睡眠・ストレスマネジメント. 第三期 特定検診・特定保健指導ガイド. 門脇 孝・津下一代, 南山堂, pp217-221, 東京, 2018. 9. 20

・学会発表

- 1) Nishi D, Susukida R, Usuda K, Yamanouchi Y: The age- and sex-specific trends in the prevalence of psychological distress and the use of mental health services in Japan. World Psychiatric Association Section on Epidemiology and Public Health, New York, USA, 2018. 5. 2-4

山之内芳雄: 「NDB からみた精神保健予防」. 第 22 回日本精神保健・予防学会, 東京, 2018. 12. 2

G. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）

なし

