



心理社会的フラッグシステム

ヨリソイアイ YORISOIAI* 対応マニュアル Ver.1.0

*集学的カンファレンスで用いる心理社会的フラッグ確認用クラウド新システム
包括的かつ標準的に患者さんに寄り添うことを主目的としている

監修：松平 浩
Ko Matsudaira

心理社会的フラッグシステムとは？

「心理社会的フラッグシステム」は、世界の有識者による会議を経て英国で開発され、欧州ではイエロー（本人）、ブルー（職場）、ブラック（社会環境）のフラッグを活用することが、頸部痛/腰痛の“Evidence-based treatment recommendations”として、各国のガイドラインで推奨されています。

Nicholas Kendallらは、2009年にロンドンから著書「Tackling musculoskeletal problems: a guide for clinic and workplace-identifying obstacles using the psychosocial flags framework」を発刊し、その3年後の2012年に、世界的な腰痛研究の権威であられた福島県立医科大学の故 菊地臣一先生が翻訳本を出版されましたが、本邦では「心理社会的フラッグシステム」が周知・普及されませんでした。今回、イエロー、ブルー、ブラックに、精神疾患のフラッグとしてグローバルに認知されているオレンジを加えた新フラッグシステム日本版を、10年の時を経て菊地先生の翻訳本をベースに開発しました。

令和3年度 厚生労働科学研究費補助金/慢性の痛み政策研究事業
慢性の痛み患者への就労支援/仕事と治療の両立支援および労働生産性の向上に寄与するマニュアルの開発と普及・啓発
(研究代表者：松平 浩)

はじめに

慢性痛患者さんには、心理社会的要因が関与している場合が多く、その要因を評価し、適切な疾患教育を含めた認知行動的アプローチが必要となります。

最初に、認知行動療法(**Cognitive Behavioral Therapy : CBT**)について概説しておきましょう。

狭義には第二世代の認知行動療法を指しますが、これは多くの場合、うつ病や不安障害など、疾患ごとのマニュアルに沿った治療プログラム(例:1回40分、週1回3ヵ月)の形式で行われます。ただし、患者側の慢性痛への理解や治療意欲が乏しく、行動変容ステージモデルにおける「準備期」に入っていない症例では適応しにくいことを理解しておかねばなりません。

広義には、痛みやそれに関する認知(捉え方)や感情と上手く関わりながら、QOLを高める行動を促していく、発想・行動の転換スキルともいえ、わかりやすい病状説明とエビデンスに基づいた心理教育的サポートが主軸となります。その際は、疾病以外の個人の価値観や状況にも配慮した対応が求められ、**動機づけ面接法**と第三世代認知行動療法に位置づけられている**Acceptance & Commitment Therapy : ACT**の手法が役立ちます。

一方、難治化し休職している慢性痛患者では、疾病利得(例:家族の過保護)が働いていることもあり、**痛み行動**が過剰となり(例:過度な安静・不活動、効果が明確でない服薬、ドクターショッピング等)、逆に**健康行動**が生じにくい環境下にある(例:医師による画像診断を含む不適切な診断や指導、漫然とした受動的・過剰医療的な物理療法を含む処方)症例が少なくありません。このような症例には、いわゆる第一世代の認知行動療法として位置づけられている**行動療法**が有用です。

行動療法では、患者の**痛み行動**や**健康行動**に対する周囲(患者や医療者)の対応を変化させ、**痛み行動**を減らし、**健康行動**を増やしていきます。その際に、患者に生活の活動内容を記録してもらい、生活リズムや活動量を評価し、スモールステップで目標を設定していくことがポイントになります。

就労支援を要する場合、産業医や産業保健師、両立支援促進員、就労支援ナビゲーター、社会保険労務士といった関連外部資源との連携も、重要な集学的治療の要素となります。

以上の背景を踏まえたうえで、**心理社会的フラッグの新たなクラウドシステム**である**YORISOIAI(ヨリソイ アイ)**をご活用されつつ、以下のマニュアルをご参照いただければと思います。

松平 浩

CBTに向けた
心理的要因

精神疾患

両立支援

就職支援に
向けた資源