

令和3年度厚生労働科学研究費補助金（障害者政策総合研究事業）  
睡眠薬・抗不安薬の処方実態調査ならびに共同意思決定による適正使用・出口戦略のための研修プログラム  
の開発と効果検証研究（21GC1016）  
研究分担報告書

プライマリ・ケア医を対象とした、共同意思決定（Shared Decision Making: SDM）を用いたベンゾジアゼピン受容体作動薬の減薬 web 講習会研究

研究分担者 渡邊 衡一郎 杏林大学医学部精神神経科学教室  
研究協力者 喜瀬守人 医療福祉生協連家庭医療学開発センター  
吉田絵里子 川崎協同病院総合診療科

研究要旨

日本プライマリ・ケア連合学会の学会員を含むプライマリ・ケア医を対象に、ベンゾジアゼピン受容体作動薬の減薬についての半日の web 講習会の概要について検討した。

講習会は、共同意思決定（Shared Decision Making）の手法を用い、資料は過去に厚生労働省科学研究事業（9GC1201）で作成した「睡眠薬・抗不安薬の出口戦略に向けた SDM」の補助資料（Decision Aid）を参考に、研究分担者が過去に実施した対面での講習会の資料を活用することとした。

また、参加者の事前調査の項目案についても検討した。

A. 研究目的

ベンゾジアゼピン受容体作動薬の長期かつ高用量の使用は、精神科医のみならずプライマリ・ケアの診療現場でも問題となっている。このため、プライマリ・ケア医を対象としたベンゾジアゼピン受容体作動薬の減薬についての web 講習会を実施して、ベンゾジアゼピン受容体作動薬の減薬の普及・実装化を図る。

B. 研究方法

日本プライマリ・ケア連合学会の学会員を含むプライマリ・ケア医で受講を希望する者（100名程度）を対象に、半日（4時間程度）の web 講習会を実施するにあたりプログラム（案）を検討し、準備を進めている。資料は、過去に厚生労働省科学研究事業（9GC1201）で作成した「睡眠薬・抗不安薬の出口戦略に向けた SDM」の補助資料（Decision Aid）を参考に、研究分担者が過去に実施した対面での講習会の資料を活用することとした。

なお参加者は事前 web 調査、参加前後の理解度テスト、受講3か月後の web 調査（処方実践度調査）に回答して頂く。理解度テストの質問紙内容

も検討している。

倫理面への配慮：特記すべきものなし

C. 研究結果

ベンゾジアゼピン受容体作動薬の減薬web講習会研究のための講習会の概要を下記のように検討した。

「プライマリ・ケア医を対象としたベンゾジアゼピン受容体作動薬減薬 web 講習会」

講師：高江洲、青木、稲田健、渡邊、坪井、堀、竹島、山田、普天間、座間味、家研也、喜瀬守人、吉田絵里子

プログラム

9時：開会挨拶（高江洲）

9時05分～9時25分：抗不安薬の適正使用と減薬方法：稲田

9時25分～9時50分：睡眠薬の適正使用と減薬方法：高江洲

9時50分～10時10分：SDMによる共同意思決定  
：青木

(休憩5分)

各班：5～10人の少人数に分かれてディスカッション

10時20分～10時30分：アイスブレイク

10時30分～50分：グループディスカッション

模擬症例①「抗不安薬をもっと処方してください」

10時50分～11時20分：全体ディスカッション

11時20分～25分：グループフィードバック

(休憩5分)

11時30分～11時50分：グループディスカッション

模擬症例②「睡眠薬を止めたら眠れなくなりました」

11時50分～12時20分：全体ディスカッション

12時20分～25分：グループフィードバック

12時25分～40分：質疑応答、閉会挨拶（高江洲）

---

また参加者の事前調査の項目案についても下記のように検討した。

---

### Web講習会事前調査

---

- 問1. ベンゾジアゼピン受容体作動薬は半年以内の使用であれば依存は生じない
- 問2. ベンゾジアゼピン受容体作動薬の副作用に前向き健忘がある
- 問3. ベンゾジアゼピン受容体作動薬は認知症のリスクを増加させる明確なエビデンスはない
- 問4. ベンゾジアゼピン受容体作動薬の精神依

存により中止時の離脱症状が生じる

- 問5. ベンゾジアゼピン受容体作動薬は定時内服用より屯用使用の方が良い
- 問6. 長時間型のベンゾジアゼピン受容体作動薬は離脱症状が起きにくい
- 問7. 共同意思決定とは、医師が治療の選択肢の利点と欠点を説明した上で、患者の意思により治療法を決定する方法である
- 問8. 共同意思決定には、患者一人当たりの診療時間が長くなるという欠点がある
- 問9. 不眠の認知行動療法における「睡眠制限法」とは、寝床に入ると眠れないという負の刺激を避けるために、眠くなるまで寝床に入らないことを指導する方法である
- 問10. 睡眠薬や抗不安薬を止めた後1カ月程度たってから離脱症状が出現することもある

---

### D. 考察

これまで本邦において共同意思決定を用いたベンゾジアゼピン受容体作動薬の減量 web 講習プログラムはほとんど存在しておらず、今回のプライマリ・ケア医を対象とした web 研修プログラムは意義あるものと考えられる。

パイロット版の完成後、研究者のみならずプライマリ・ケア医からの意見や実際にトライアルを行って得られた問題点など検証し、反映させていくことが望ましいと考える。

### E. 結論

「睡眠薬・抗不安薬の適正使用ならびに出口戦略を実践するための SDM」の web 研修プログラム案の準備を進めている。

### G. 研究発表

#### 1. 論文発表

- Nakagome Kazuyuki, Yokoi Yuma, Nakagawa Atsuo, Tani masayuki, Nishioka Gentaro, Yoshimura Naoki, Furukawa Toshiaki, Watanabe Koichiro, Mimura Masaru, Iwanami Akira, Abe Takayuki.  
Acceptability of escitalopram versus

duloxetine in outpatients with depression who did not respond to initial second-generation antidepressants: a randomized, parallel-group, non-inferiority trial. J Affective Disord, 2021 Mar 1;282:1011-1020. doi: 10.1016/j.jad.2020.12.148.

- Sakurai Hitoshi, Yasui-Furukori Norio, Suzuki Takefumi, Uchida Hiroyuki, Baba Hajime, Watanabe Koichiro, Inada Ken, Sugawara Kikuchi Yuka, Kikuchi Toshiaki, Katsuki Asuka, Kishida Ikuko, Kato Masaki, Medical Education Panel of the Japanese Society of Clinical Neuropsychopharmacology. Pharmacological Treatment of Schizophrenia: Japanese Expert Consensus. *Pharmacopsychiatry*. 2021 Mar; 54(2):60-67. doi: 10.1055/a-1324-3517.
- Adachi Naoto, Azekawa Takaharu, Edagawa Kouji, Goto Eiichiro, Hongo Seiji, Kato Masaki, Katsumoto Eiichi, Kikuchi Toshiaki, Kubota Yukihisa, Miki Kazuhira, Nakagawa Atsuo, Tsuboi Takashi, Ueda Hitoshi, Watanabe Koichiro, Watanabe Yoichiro, Yasui-Furukori Norio, Yoshimura Reij. Estimated model of psychotropic polypharmacy for bipolar disorder: Analysis using patients' and practitioners' parameters in the MUSUBI study. *Hum Psychopharmacol*. 2021 Mar;36(2):e2764. doi: 10.1002/hup.2764.
- Hayasaka Tomonari, Takaesu Yoshikazu, Nagashima Izumi, Futada Miku, Nozaki Kazuhiro, Katagiri Takeshi, Imamura Yayoi, Kurihara Mariko, Oe Yuki, Tsuboi Takashi, Watanabe Koichiro. Factors Associated With Time to Achieve Employment Through Occupational Support Programs in Patients With Mood Disorders: 1 Year Naturalistic Study. *Front Psychiatry*. 2021 Mar 16;12:617640. doi: 10.3389/fpsy.2021.617640. PMID: 33796030; PMCID: PMC8007791.
- Katagiri Takeshi, Takaesu Yoshikazu, Kurihara Mariko, Oe Yuki, Ishii Miho, Onoda Naoko, Hayasaka Tomonari, Kanda Yuta, Imamura Yayoi, Watanabe Koichiro. Improving Employment Through Interpersonal Psychotherapy: A Case Series of Patients With Treatment-Refractory Depression. *Front Psychiatry*. 2021 Apr 23;12:617305. doi: 10.3389/fpsy.2021.617305. eCollection 2021.
- Kanda Yuta, Takaesu Yoshikazu, Kobayashi Mina, Komada Yoko, Futenma Kunihiro, Okajima Isa, Watanabe Koichiro, Inoue Yuichi. Reliability and validity of the Japanese version of the Biological Rhythms Interview of assessment in neuropsychiatry-self report for delayed sleep-wake phase disorder. *Sleep Med*. 2021 May;81:288-293. doi: 10.1016/j.sleep.2021.02.009.
- Numata Shusuke, Nakataki Masahito, Hasegawa Naomi, Takaesu Yoshikazu, Takeshima Masahiro, Onitsuka Toshiaki, Nakamura Toshinori, Edagawa Reon, Edo Hiroaki, Miura Kenichiro, Matsumoto Junya, Yasui-Furukori Norio, Kishimoto Taishiro, Hori Hikaru, Tsuboi Takashi, Yasuda Yuka, Furihata Ryuji, Muraoka Hiroyuki, Ochi Shinichiro, Nagasawa Tatsuya, Kyou Yoshitaka, Murata Atsunobu, Katsumoto Eiichi, Ohi Kazutaka, Hishimoto Akitoyo, Inada Ken, Watanabe Koichiro, Hashimoto Ryota. Improvements in the degree of understanding the treatment guidelines for schizophrenia and major depressive disorder in a nationwide dissemination and implementation study. *Neuropsychopharmacol Rep*. 2021 Jun;41(2):199-206. doi: 10.1002/npr2.12173.
- Ayani Nobutaka, Morimoto Takeshi, Sakura Mio, Kikuchi Toshiaki, Watanabe Koichiro, Narumoto Jin. Antipsychotic Polypharmacy Is Associated With Adverse Drug Events in Psychiatric inpatients. The Japan Adverse Drug Events Study. *J Clin Psychopharmacol*. 2021 Jul-Aug 01;41(4):397-402. doi: 10.1097/JCP.0000000000001416.
- Aoki Yumi, Tsuboi Takashi, Takaesu Yoshikazu, Watanabe Koichiro, Nakayama Kazuhiro, Kinoshita Yasuhito, Kayama Mami. Development and field testing of a decision aid to facilitate shared decision making for adults newly diagnosed with attention-deficit hyperactivity disorder. *Health Expect*. 2021 Dec 2. doi: 10.1111/hex.13393.

Online ahead of print.

## 2. 学会発表

- ・ 渡邊衡一郎. 新たな剤型である貼付剤が加わることの意義 第30回日本臨床精神神経薬理学会 シンポジウム 東京 2021年1月10日.
- ・ 渡邊衡一郎. うつ病診療における Shared Decision Making (SDM) の実現可能性 第17回日本うつ病学会総会 共催セミナー ライブ配信 2021年1月28日.
- ・ Asai H, Tsuboi T, Sawada N, Takaesu Y, Watanabe K; Factors associated with patient communication satisfaction in depression, focusing on shared decision making, CINP2021 Virtual World Congress, Feb 26-28, 2021
- ・ 渡邊衡一郎. Shared Decision Making (SDM : 共同意思決定法) とは 第40回日本社会精神医学会 共催シンポジウム ライブ配信 2021年3月6日.
- ・ 渡邊衡一郎. 精神科領域における Shared Decision Making のこれまでとこれから 第117回日本精神神経学会学術総会 シンポジウム 京都 2021年9月20日.
- ・ 渡邊衡一郎. 日本うつ病学会による高齢者うつ病ガイドライン発表 2020年7月. (ガイドライン検討委員会として関わった)

3. その他  
なし

## H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得  
なし
2. 実用新案登録  
なし