（長浦由紀）論文内容の要旨

主　論　文

Effects of psychotherapy for middle-aged individuals with anxiety disorders in a general medicine practice
総合診療科における中年期の不安障害患者に対する心理療法の効果

長浦由紀、竹島史直、松原大、門田耕一郎、井上圭太、中道聖子、阿部航、
本多正幸、大園惠幸

（ACTA MEDICA NAGASAKIENSIA　2015 年 8 月掲載予定）

長崎大学大学院医歯薬学総合研究科医療科学専攻
（主任指導教員：大園惠幸教授）

緒　　言

不安障害は不安症状を特徴とする精神疾患であり、患者は不安症状を伴う身体症状を有することから、総合診療科を受診するケースも多く見受けられる。また、原因が特定されず、患者がドクターショッピングを繰り返す傾向も指摘されており、不安障害の適切な診断と治療が求められる。

不安障害の治療効果については、高齢期患者を対象とした研究が多く、薬物療法や認知行動療法などの研究が報告されている。しかしながら、体力的変化、家族構成の変化、仕事の変化、経済問題を含め、心理社会的にも不安状態を呈しやすい中年期患者を対象とした研究は比較的少ない。

心理療法の効果を評価する際の問題として、治療途中でのドロップアウトがあげられており、その要因として、疾患の違い、患者特性、満足感などが考えられている。さらに、不安障害患者と臨床心理士間で、決められた環境とスケジュールの中で患者自身の経験を話すという構成が、患者にストレスを与える可能性があることから、ドロップアウトの原因になり得ることが推測される。

本研究では、総合診療科における中年期の不安障害患者への心理療法の効果と心理療法が患者に与えるストレスについて検討を行った。

対象と方法

総合診療科で DSM-Ⅳにより不安障害と診断された 40-60 歳の外来患者 14 名を対象とした。既に他院で不安障害の治療中の患者は除外した。

研究参加の同意が得られた患者を、薬物療法群 8 人と、薬物療法+心理療法群 6 人に無作為に割り付けた。薬物療法群には定期受診による薬物療法を実施し、薬物療法

+心理療法群には、定期受診による薬物療法に加えて、臨床心理士による心理療法を実施した。治療観察期間は3ヶ月とした。

両群の患者に、治療開始前の 36-Item Short-Form Health Survey(SF-36)、状態-特性不安尺度(STAI)を測定し、半構造化面接を実施した。治療後には、SF-36、STAI の測定に加え、ビジュアルアナログスケール（VAS）により患者の治療達成感を評価し、効果の比較検討を行った。

また、薬物療法+心理療法群では、治療開始時と 3 ヶ月後に心理療法のセッション前後で唾液中コルチゾール値を測定し、ストレスに対する生理的反応の変化を比較検討した。

統計学的解析は、Intention to treat 解析で脱落例を含めて解析した。Mann-Whitney U 検定を用いて薬物療法群と薬物療法+心理療法群との比較を行い、Wilcoxon 符号付順位和検定を用いて治療の前後の比較を行い、$p<0.05$ を統計学的有意差ありと判定した。

結　　果

薬物療法群と薬物療法+心理療法群の間には、年齢（薬物療法群 49.8(41-53)歳、薬物療法+心理療法群 51.0(46-58)歳）、性別、不安障害の受診歴、不安症状が継続した期間、不安障害の服薬歴、治療開始時の服薬力価に有意差はなかった。薬物療法群に 4 人の脱落があった。

SF-36、STAI ともに両群間に有意差は認められなかった。治療前後の比較では、薬物療法+心理療法群において、SF-36 の下位尺度である体の痛み($p=0.02$)、心の健康（$p=0.04$）に有意な改善が認められ、STAI の状態スコア（$p=0.03$）が有意に改善していた。治療後に測定した治療達成感に関する VAS では、薬物療法+心理療法群で有意に治療の達成を実感していた（$p=0.02$）。

薬物療法+心理療法群で測定した唾液中コルチゾールは、治療開始時と 3 ヶ月後の心理療法セッション後の比較において、有意差は認めなかったものの減少傾向がみられた（$p=0.06$）。

考　　察

総合診療科を受診した中年期の不安障害患者に対する治療研究において、薬物療法+心理療法が SF36 や STAI 状態スコアの改善に寄与することが示された。SF36 の下位尺度である体の痛みは、不安感受性の予測因子として報告されている。このスコアの改善は、過敏な身体感覚が改善されると共に、不安感受性が改善したためであると推察される。一方、薬物療法によって不安症状が改善されたとしても、予期不安が継続している可能性がある。予期不安を有する患者は、症状に過敏で、症状の誘因になるイベントを避けようとする傾向がある。心理療法は、予期不安を有する患者の思考・感情・行動に変容を促し、患者の過去の経験に対する認知を修正させる機会を提供していると考えられる。また、唾液中コルチゾール値の検討では、経過とともにストレス反応が軽減する傾向が認められ、患者が心理療法に対して適応している可能性が考えられた。

本研究では、総合診療科を受診した中年期の不安障害患者に対する心理療法の有効性が示された。心理療法によるストレス反応亢進は認められなかったことから、薬物療法と心理療法の併用と両者の連携の重要性が考えられた。