平成 27 年度　研究結果の概要

所属機関名：　産業医科大学
研究代表者：　宇都宮健輔（ウツノミヤケンスケ）
研究課題名：　職域のうつ病回復モデル開発（14070101-02）

＜研究目的＞

本研究の目的は、『職域のうつ病回復モデルを開発すること、そのモデルの効果を検証すること』である。本モデルは、感情と身体の症状をターゲットにした主治医の薬物療法、状況要因をターゲットにした会社側の職場環境調整、認知と行動をターゲットにした産業保健スタッフによる簡易型認知行動療法の施行の 3 つの介入方法により成り立つ。さらに本研究の期待される成果として、1）うつ病再発の危険因子である残遺症状の改善、2）うつ病復職者の社会機能（労務遂行能力や職場適応）の向上、3）産業保健スタッフが現場で実施可能な職域に適合した簡易型 CBT プログラムの開発、4）主治医・会社・産業保健スタッフの役割分担・連携の明確化が挙げられる。その他、再発率の低下・休業日数の減少等の就労継続性の評価なども視野に入れている。

＜研究方法＞

1）“研究デザイン”および“無作為化比較試験”の実施

本研究では、研究デザインとして、うつ病および適応障害の復職者に対して、簡易型 CBT プログラム介入（追加実施）群［薬物療法＋職場環境調整＋簡易型 CBT プログラム（6 回）］と対照群［薬物療法＋職場環境調整＋保健指導（1 回）］との間で無作為化比較試験を実施する。サンプルサイズは合計 84 例を予定しているが、産業医科大学倫理委員会から対照群への不利益（有効な介入があるのにもかかわらずそれを受けられないこと）への配慮を求められたため、両群あわせて 59 名のサンプルサイズでの中間解析を検討した。無作為化比較試験の実施は、株式会社東芝本社、東芝府中事業所を中心に施行中だが、さらに目標ケース数の獲得に向けて、東芝本社川崎地区、東芝の各関連会社、各事業所、医局からの派遣企業において協力を打診し、研究フィールドを広げていく予定である。

2）“産業保健スタッフの育成”および“産業医と主治医の連携”に関する資料作成

すでに簡易型 CBT プログラムの開発は終了している。平成 27 年度は「本プログラムを実施できる産業保健スタッフ育成のための CBT 及び職域メンタルヘルスに関する研修」を東芝本社にて 6 回実施（H27 年 4 月・5 月・9 月・11 月・12 月、H28 年 1 月）した。また簡易型 CBT 実施後の報告に関して、産業保健スタッフから「主治医への報告フォーマット」および「職場（上司）への報告フォーマット」を作成した。さらに、主治医と産業医の連携・協力を促進するために「産業医から主治医への情報提供・依頼に関する時系列（発見時・休業開始時・休業中・復職前・復職時・復職後）に応じた連携フォーマット集」を作

成した。

＜研究成果＞

1） 簡易型 CBT プログラムを実施できる産業保健スタッフの育成

平成 27 年度は「本プログラムを実施できる産業保健スタッフ育成のための CBT 及び職域メンタルヘルスに関する研修」を東芝本社にて 6 回実施した。4 月の大野裕（精神科医）による研修では、主に認知行動療法の基本エッセンスなど大切な知識の習得を行った。6 月の加藤典子（臨床心理士）による認知再構成法の研修では、コラム法（バランス思考）についてグループワークを実施した。9 月の堀越勝（臨床心理士、NCNP センターCBT センター）による認知行動療法に関するコミュニケーション研修では、“共感と質問”に関するスキル習得を行った。 11 月・12 月には加藤典子（臨床心理士）による問題解決技法およびアサーション研修を実施し、損益分析など問題解決等の演習を行った。H28 年 1 月末には宇都宮健輔（精神科産業医）による産業精神保健の臨床（産業医の判断と連携について）の研修を行い、産業精神保健におけるエビデンス（判断根拠）の重要性および主治医や職場上司とのコミュニケーション（連携）のポイントについて豊富な事例等をとおして学習した。また教育研修の効果に関しては参加者アンケートを施行した。

2） 産業医と主治医の連携フォーマット資料の作成

簡易型 CBT 実施後の報告に関して、産業保健スタッフから「主治医への報告フォーマット」および「職場（上司）への報告フォーマット」を作成した。主治医への報告フォーマットでは、産業保健スタッフからみたプログラム実施後の評価（仕事パフォーマンス発揮・職場適応に関する 5 段階評価）を主治医へ報告する形式とした［報告は本人からの同意を必要とした］。また職場（上司）への報告フォーマットでは、本人の自己評価（勤怠・業務調整力・仕事への意欲・体調・病状の変化に関する 5 段階評価）を本人から職場（上司）へ報告する形式［任意］とした。その他、主治医と産業医の連携・協力を促進するために「産業医から主治医への情報提供・依頼に関する時系列（発見時・休業開始時・休業中・復職前・復職時・復職後）に応じた連携フォーマット集」を作成し、状況・用途に応じて各種フォーマットを選択的に利用できる形式とした。

＜結論＞

現在、本研究の無作為化比較試験を実施・継続中である。また本プログラムを実施できる産業保健スタッフ育成のための研修を実施し、産業医と主治医の連携に関する資料等を作成した。

＜今後の展望等＞

H27 年度は、本研究の無作為化比較試験を実施・継続中である。今後、目標ケース数の獲得に向けて、さらに東芝本社川崎地区、東芝の各関連会社、各事業所、医局からの派遣

企業において協力を打診し、研究フィールドを広げていく必要である。