

平成 28 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、5) 産業保健スタッフの専門性の向上及び本邦のメンタルヘルス対策の強化・発展が挙げられる。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・継続

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、株式会社東芝本社を中心に実施・継続している。本研究は産業医科大学医学部倫理委員会で承認されている。

2) “産業保健スタッフへの教育” および “産業医と主治医の連携等” に関する資料作成

平成 28 年度は、保健スタッフ向けの教育資料として「復職支援（3 次予防）の簡易型 CBT プログラムに関する FAQ（よくある質問）」を、実施と運用の観点から 2 種類作成することを検討した。また産業医と主治医の連携・協力の促進および現場の産業医等のメンタルヘルス対応に関する教育用の資料として、「産業医の臨床ポケットマニュアル～メンタルヘルス対応に必要な 3 つの臨床スキル～」の作成を検討した。

<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教育・育成に関して

平成28年度は、保健スタッフ向けの教育資料として「復職支援（3次予防）の簡易型CBTプログラムに関するFAQ（よくある質問）」を2種類作成した。それぞれ、簡易型CBTプログラムにおける“実施に関する要点・留意事項”および“運用に関する要点・留意事項”について説明した内容になっている。

2) 産業医と主治医の連携等の促進におけるマニュアル資料の作成

平成28年度は、“産業医と主治医の連携・協力の促進”および“現場の産業医等のメンタルヘルス対応”に関する教育用の資料として『産業医の臨床ポケットマニュアル～メンタルヘルス対応に必要な3つの臨床スキル～』を作成した。本マニュアルでは、産業医等のメンタルヘルス対応に関する体系的な臨床スキルとして、(1) 面談スキル、(2) 判断スキル、(3) 連携スキルの3つに焦点をあて、現場での事例対応において必要な知識およびスキルについて、健康（疾病）管理および労務管理の両方の観点から解説した内容になっている。さらに、うつ病等で休業していた復職者に対して現場で実施している『簡易型 CBT プログラム（WP-SKIP）』について、“復職支援のストレス保健指導”としてマニュアル内で概要・特色を紹介している。

<結論>

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・継続中である。サンプルサイズの算出および倫理面の配慮等から、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ているが、現時点では目標サンプル数に到達していないため、解析は施行できていない。また保健スタッフ向けの教育資料として“復職支援（3次予防）の簡易型 CBT プログラムに関する FAQ（よくある質問）”を2種類作成した。さらに産業医と主治医の連携・協力の促進および現場の産業医等のメンタルヘルス対応に関する“産業医の臨床ポケットマニュアル”を作成した。

<今後の展望等>

現在、本研究の無作為化比較試験を実施・継続中である。今後とも、「職域のうつ病回復モデル」を実証するために、目標サンプル数の到達に向けて、サンプル収集を継続していく予定である。さらに、本研究事業にて開発・作成した『簡易型 CBT プログラム（WP-SKIP）』および『産業医の臨床ポケットマニュアル～メンタルヘルス対応に必要な3つの臨床スキル～』の両者を、産業保健スタッフの専門性の向上及び本邦における復職支援等のメンタルヘルス対策の強化、発展のために社会への発信（学会発表・論文化）、普及活動（簡易型 CBT やメンタルヘルス対応の知識・スキル習得に関する研修等）として検討・実施していく予定である。