

総括研究報告書

1. 研究開発課題名：慢性痛に対する認知行動療法の普及と効果解明に関する研究
2. 研究開発代表者：柴田政彦 大阪大学大学院医学系研究科疼痛医学寄附講座
3. 研究開発の成果

慢性痛に対する認知行動療法の開発：前年度に行った先行研究のレビューをもとに、1セッション 30～40 分 8 セッションからなる慢性痛に対する認知行動療法（以下 CBT）プログラムの開発に着手した。資料と実施マニュアルを完成させ、H27 年 7 月のセミナーで使用した。参加者は、痛みを専門とする医療機関に所属し、CBT の実施に積極的な医療者 54 名であった。セミナーの内容は、作成した資料を基に CBT を実施する方法に関する講義とロールプレイであった。1 回のセミナー参加によってすぐに実践できるものではないため、現場のニーズと内容の乖離が問題点として残った。実際、作成した資料を基に、大阪大学や国立精神神経センター及び関連の医療機関にて CBT を実施したところいくつかの問題点が明らかになり、現在修正作業を進めている。また、熟練者の監督の下に CBT を実施する体制整備、人材育成、症例の絞込みが重要であることがわかり、課題として取り組みを開始した。関東地区は国立精神神経センターを中心とし慈恵医大との実施体制を、関西は大阪大学を中心とし、篤友会、神戸大学、川崎医大との実施体制を整えた。また、本研究の目標を修正し、CBT のランダム化比較試験のサンプル数算定に必要な効果量を調べるためのパイロット研究（約 10 症例）を実施することとした。

教育コンテンツ：これまで厚生労働省の科学研究費にて開発してきた、医学教育用、歯学教育用、リハビリテーション医学用に加えて、薬学教育用、看護教育用の教育コンテンツを作成した。平成 28 年 5 月 1 日現在の総ダウンロード数は、薬学教育用 321 件、看護師教育用 546 件で、すべてのコンテンツダウンロード数の合計は 7824 件である。また、一般医師用を対象とした慢性痛に対する集学的診療についてのコアカリキュラムの作成を始めた。監修者 6 名と執筆者約 25 名を決定し、総 21 章から構成される書物である。現在、ほぼ原稿がそろい監修作業を進めており、本年 9 月頃の発刊を目標にしている。

産業界の疫学調査：産業界における慢性痛の実態を調査する目的で、関東の企業 1 社（正職員 433 名）、関西の企業 1 社（正職員 768 名）、関西の小売業 1 社（主に非正規社員 766 名）3 社で慢性痛に関する実態調査を行った。期間 3 ヶ月以上、週 2 日以上、痛みの強さ 5/10 以上の慢性痛の頻度はそれぞれ、11.1%、9.2%、16.2%であった。これまでの国内外の慢性痛の実態調査に比べるとその発生頻度は低い傾向であった。慢性痛と恐怖回避思考との関連や抑うつ傾向との関連が認められた。現在、関西の小売業のデータを解析中で、今後 3 社合計 2000 名分のデータ解析を進め、本邦の産業界の慢性痛の実態を明らかにする計画である。

入院リハビリテーション：大阪大学医学部附属病院疼痛医療センター集学的診療外来で、入院リハビリプログラムの施行が適していると判断した 7 症例を対象に、篤友会千里山病院で 3 週間の入院リハを実施し、その効果を厚生労働省慢性の痛み対策研究事業で開発した iPad 評価システムを使用して検証した。7 例中 7 例で痛み、PDAS, EQ-5D の改善が認められ、短期集中型リハビリテーションの効果が示唆された。