

代表機関：名古屋市立大学

## 課題名 周産期うつ病を重症化を抑制するスマートフォン認知行動療法アプリの開発・実証・普及に関する研究

分担機関：京都大学、ライフツービッツ株式会社

研究期間：令和7年4月～令和10年3月

### 研究目的・内容

#### 【本研究開発の目標】

周産期うつ病の重症化を抑制するスマートフォン認知行動療法アプリの開発

#### 【背景】

妊娠中から産後におこる周産期うつ病は7人に1人が罹患する頻度の高い疾患であり自殺や虐待のリスクと関連し社会的インパクトが大きい。妊娠中からの認知行動療法(CBT)の有効性が示されているが対面CBTは普及上の課題がある。近年周産期うつ病に対するインターネットを用いたCBT(iCBT)の報告が出てきているが、標準化や脱落率の高さ等、臨床応用には様々な課題がある。また閾値下うつやハイリスク妊婦に対する産婦人科におけるメンタルヘルスケアには臨床現場で大きなアンメットニーズが存在している。

#### 【開発内容】

研究分担者の古川らが開発し有効性が確認されたうつ病治療用iCBTを基に、妊婦向けに内容を改良した「ライジングかあさん」POC探索版アプリを作成し、名古屋市立大学病院で妊婦健診を受けている800例を対象としたPOCランダム化比較試験をR7年1月より開始している(jRCTs042240162)。試験を継続し周産期うつ病ハイリスク因子を有する妊産婦を対象とした性能検証試験を実施するとともに、個人特性に応じたCBTアルゴリズムを開発し有効性を探索する。

#### 今後の展開

効果が実証されたSaMDの普及のため保険適用を目指した開発を目標とする。

クラス分類：クラスII

### 妊産婦CBTアプリ



#### 【性能・仕様】

患者個人所有のスマートフォン等にインストールし使用する。  
1週間の心理教育の後、6週間CBTのレッスンに取り組む。

ゲーム感覚で各プログラムの課題に取り組むことでトレーニングが  
できレジャランスを高める  
⇒周産期うつ病の発症抑制、重症化抑制が可能

### 将来の適用場面/医療での革新/新技術の創出

妊産婦メンタルヘルスの場面に適用することにより、従来でできなかったアクセス良好でエビデンスの証明されたiCBTの実践を通して周産期うつ病の治療及び重症化や発症を抑制する革新的な医療システムを創出する。