

文部科学記者会、科学記者会、厚生労働記者会他
名古屋教育医療記者会と同時発表

公立大学法人 名古屋市立大学

うつ病患者の家族に対するケアを通じた 病状改善促進効果について：メタアナリシス

研究成果は「BJPsych Open」に2022年8月2日（英国時間）に掲載。

研究成果の概要

【背景】

うつ病はこころの風邪ともいわれていますが、風邪のようにすぐには治らず、回復までには時間がかかります。また再発することもあるため、長期の治療が必要になることがあります。そのため患者さんはもちろんとてつらい思いをしますが、一緒に過ごすご家族もストレスの多いつらい時間を過ごすことになり、ご家族も精神的に不調をきたすこともあります。

統合失調症をはじめとするいくつかの精神疾患では、家族へケアすることが、家族が健康になるだけでなく患者さんの病状も改善させたり再発を予防したりすることがわかっています。うつ病の場合も治療ガイドラインなどでは家族ケアは推奨されていましたが、推奨するための明確な治療効果に対するエビデンスは得られていませんでした。今回、私たちはメタアナリシスという方法で、それを確かめることができました。

【研究成果のポイント】別紙

- ◆ うつ病患者さんのご家族に家族心理教育という方法のケアをすると、していないグループに比べて患者さんの症状改善が促進されることがわかりました。

【研究の意義と今後の展開や社会的意義など】

- ◆ うつ病は治りにくい方もおられるので、長期間療養することでご家族も疲弊していきます。家族がストレスを抱え疲れていると、患者さんにも良い影響はありません。
- ◆ まず、家族のケアを行い、家族が少しでも安心して余裕をもって日々の出来事に対処できると、結果的に患者さんの病気の改善を促進することになります。
- ◆ 医療者は、患者さんはもちろんのこと、ご家族のことももっと気にかけてケアをする必要があります。

【用語解説】

家族心理教育：

「教育」という言葉はありますが家族を教育することではありません。ご家族の心のケアをしながら、患者さんの病気や治療、生活に必要な情報提供をし、その上で日常で困っているいろいろなことを一緒に考えて困りごとに対する対処方法を増やしていくケアの手法です。

メタアナリシス：

すでに出版されているいくつかの同じような研究結果を統計的に統合して結果を示すことです。ひとつひとつの研究では被験者が少なくて十分にわからないことも、メタアナリシスをすることで新たにわかることがあります。

【研究助成】

文部科学省科研費 JP19H03936

【論文タイトル】

Effectiveness of family psychoeducation for major depressive disorder: systematic review and meta-analysis.

【著者】

1 香月富士日、2 渡辺範雄、3 山田敦朗、4 長谷川貴昭

- 1 名古屋市立大学大学院看護学研究科
- 2 蘇生会総合病院
- 3 名古屋市立大学大学院医学研究科
- 4 名古屋市立大学大学院医学研究科

【掲載学術誌】

学術誌名 BJPsych Open (British Journal of Psychiatry Open) 8 e148,1-10, 2022.

DOI 番号：<https://doi.org/10.1192/bjo.2022.543>

【研究に関する問い合わせ】

名古屋市立大学 大学院看護学研究科 教授 香月富士日

住所：名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄 1

E-mail：katsuki@med.nagoya-cu.ac.jp

【報道に関する問い合わせ】

名古屋市立大学 総務部広報室広報係

住所：名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄 1

TEL：052-853-8328 FAX：052-853-0551

E-mail：ncu_public@sec.nagoya-cu.ac.jp

ネット上のよくあるうつ病家族の相談

うつ病患者さんはもちろんつらい思いをしていますが、
ご家族もつらい日が続きます。

夫の悩み

うつ病の妻とどうしていい
かわかりません。

うつ病の妻と離婚できるの
ですか？

妻に話しかける方法を教え
てください。

先が見えず困っています。


妻の悩み

うつ病の夫が「死にたい」
と言ったとき


うつ病の夫にイライラして
しまうことがあります。

うつ病の夫の自殺を止める方
法を教えてください


うつ病の夫から離婚してほ
しいと言われました



うつ病は治療開始後1年後でも約20%の患者がうつ状態であり¹⁾、いったん寛解しても1年後症状がない人は57%、5年後では35%といわれています²⁾。



うつ病は慢性化しやすい病気でもあります。そのため一緒に過ごしているご家族も長期にわたりストレスがかかっています。



うつ病患者の家族の深刻な状況は、働き盛りで収入が無くなること⁴⁾や離婚率も高いこと³⁾などにあらわれています。

1) Furukawa TA, et al. The British journal of psychiatry, 2000;177:331-5.

2) Kanai T, et al. Psychol Med. 2003;33(5):839-45.

3) Breslau J, et al. Acta psychiatrica Scandinavica. 2011;124(6):474-86.

4) Judd LI et al. The American journal of psychiatry. 1996;153(11):1411-7.

うつ病症状のわかりにくさ

- うつ病の症状は、抑うつ気分だけでなく、倦怠感、いらいら、不安、体調不良などひとそれぞれです。
- これらは、本人も家族も病気の症状なのか、怠惰なのかがわかりにくいことがあります。

家族のストレスの原因

- 半年～1年くらいで（症状が）改善すると言われていたが治っていない。
- 励まさないようにと言われて話ができない。
- 病気なのかやる気がないのかわからない。
- 仕事はしないのに好きなことはする。一日家にいるんだから皿ぐらい洗ったらいいのに。

今回の研究成果

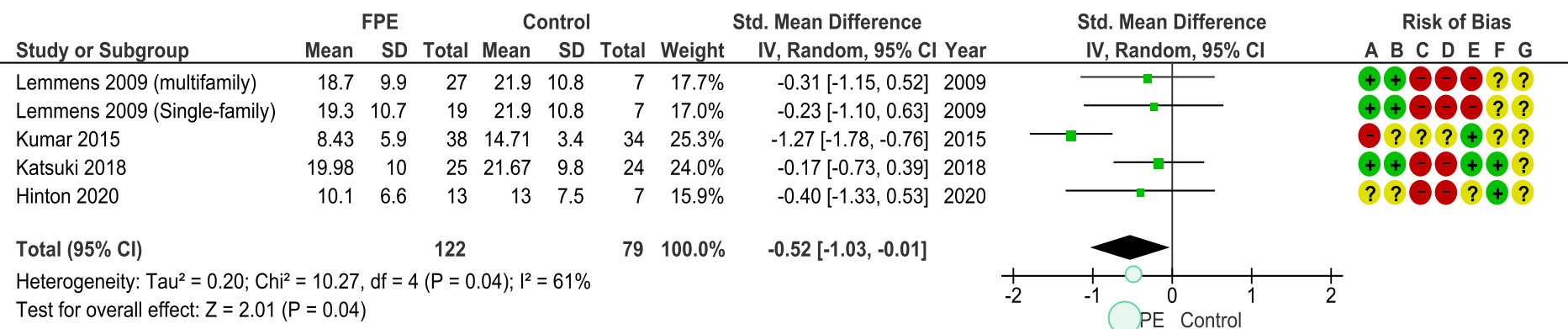
このようなつらい状況のご家族に、家族心理教育という手法で家族ケアをすることの効果を検証しました。

今回の研究成果

～うつ病家族心理教育の症状改善促進効果はあります～

Katsuki F., Watanabe N., Yamada A., et al.: Family psychoeducation for major depressive disorder: Systematic review and meta-analysis. *BIPsych Open*, 8, e148, 1-10, 2022.

患者のうつ病症状 16週後



Risk of bias legend

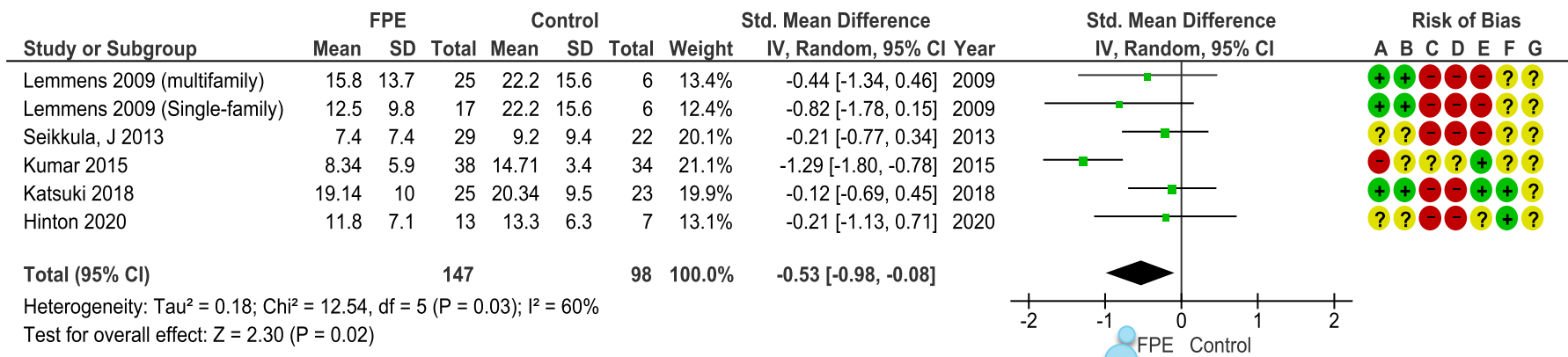
- (A) Random sequence generation (selection bias)
- (B) Allocation concealment (selection bias)
- (C) Blinding of participants and personnel (performance bias)
- (D) Blinding of outcome assessment (detection bias)
- (E) Incomplete outcome data (attrition bias)
- (F) Selective reporting (reporting bias)
- (G) Other bias

これは統計的に有意ということを示しています

今回の研究成果 ～長期的にも効果はあります～

Katsuki F., Watanabe N., Yamada A., et al.: Family psychoeducation for major depressive disorder: Systematic review and meta-analysis. *BIPsych Open*, 8, e148, 1-10, 2022.

長期予後（3か月～2年）



これは統計的に
有意ということ
を示しています