氏　　名	田代修司（たしろ しゅうじ）
学位の種類	博士（医学）
学位記番号	乙第２０２号
学位授与年月日	平成１６年　９月３０日
学位授与の要件	学位規則第４条第２項該当
学位論文題目	遷延性うつ病に対する内観療法 －集中内観による心理的変化と長期転帰について－
学位論文審査委員	(主査)　中島健二 (副査)　渡邊達生　　川原隆造

学位論文の内容の要旨

これまで多くの研究で、少なからぬ遷延性うつ病の患者が薬物治療や支持的精神療法に抵抗することが示されて来た。遷延性うつ病に対する内観療法が短期的に有効であることは症例報告として散見されるが、長期的な有効性を示す体系的研究は無かった。他の精神療法においても、長期的な有効性を示した研究は数少ない。今回の研究では、内観療法の遷延性うつ病に対する長期的効果を評価し、内観療法の有効性に関する要因を検討した。

対象と方法

鳥取大学医学部附属病院において遷延性うつ病の患者２３例に集中内観を行った。各症例の年齢、性別、発症年齢、うつ病相の回数、今回の病相の持続期間、診断、家族歴が調査された。心理的変化を把握するために集中内観前後で東大式エゴグラム（TEG)、矢田部・ギルフォード性格検査（YG test)、絵画欲求不満検査（PF study ）を行った。内観療法の遷延性うつ病に対する長期転帰（平均 24.5±10.6 月）の評価は総合機能評価尺度（GAF Scale）を用いた。そして、GAF Scale で 61 以上のスコアで集中内観後のスコアが集中内観前のスコアよりも増加している者を「改善」とした。同時にハミルトン抑うつ評価尺度（HAM-D）を用い GAF Scale と同じような変化を示しているか否かを検討した。また、集中内観直後の心理的展開に関する検討として、内観の深さや集中内観によって他者視点、自己中心性の自覚、恩愛感、脱我、満足感を獲得出来たか否かを評価した。さらに、集中内観後に分散内観などの維持治療を行ったか否かを調査した。

GAF Scale、HAM-D と心理検査における集中内観前と直後または転帰判定時の比較は Wilcoxon の符号順位和検定を用いた。その結果、改善群と非改善群に分けられ、この 2 群間の比較は

Mann-Whitney の U 検定を、背景因子、集中内観の質、集中内観後の維持治療の有無と集中内観の転帰との比較には Fisher の exact test を用いた。

結　果

1）長期転帰調査時点で、GAF Scale、HAM-D ともに改善したもの（改善群）が 15 例（65.2%）、改善しなかったもの（非改善群）が 8 例であった。集中内観前と転帰判定時の GAF Scale の得点は、改善群が 46.1 から 81.8 に、非改善群が 45.3 から 52.8 に各々有意に増加した。

2）今回のうつ病の病相期間については改善群が有意に短かく、病相回数では改善群が有意に少なかった。

3）心理検査で改善群だけに見られた変化は、TEG における Critical Parent（CP）の有意な低下、YG test における Cyclic tendency (C) の有意な低下、PF study における Extraggression (E-A) の有意な低下であった。

4）深い内観が出来た症例は改善群に有意に多く見られた。また、集中内観によって他者視点、自己中心性の自覚、恩愛感、脱我、満足感を獲得出来た症例は改善群に有意に多く見られた。

考　察

内観療法は、森田療法、対人関係療法、集団精神療法と同様に遷延性うつ病に有効な精神療法であり、その治療効果は長期間持続することが分かった。今回のうつ病の病相期間が改善群で有意に短く、うつ病の病相回数が改善群で有意に少なかったことは、他の精神疾患と同様に早期治療の重要性を示唆していた。TEG における Critical Parent（CP）の有意な低下は、改善群の患者の自分や他者を肯定的に見ようとする姿勢が強くなった可能性を示唆していた。YG test における Cyclic tendency（C）の有意な低下は、改善群の患者の気分変動の低下を示し感情の安定化を示唆している。PF study における Extraggression（E-A）の有意な低下は、周囲に対する攻撃性を抑えることで周囲との円満な関係を維持する能力が強まったと考えられた。深い内観が出来た症例は改善群に有意に多く見られ、集中内観によって他者視点、自己中心性の自覚、恩愛感、脱我、満足感を獲得出来た症例は改善群に有意に多く見られた。これについては、深い内観を行うことで周囲の人々や自己に対する認知の修正が起こり、他者視点の獲得と我執からの解放などの心理的変化が生じたものと考えられた。また、集中内観後に維持治療を行うことも重要であることが分かった。

以上のことが内観療法の効果を長期に渡って持続させるための重要な要因であると考えた。

結　論

内観療法は遷延性うつ病に有効な精神療法であり、その治療効果は長期間持続することが分かった。従って内観療法は遷延性うつ病に対して有用性の高い精神療法であると言える。そして、深い内観をすることと維持治療を行うことが内観の効果を持続させるために必要であることが分かった。

論文審査の結果の要旨

本研究では遷延性うつ病に対する内観療法の長期的な治療効果を調査するため鳥取大学医学部附属病院心理療法室において集中内観を行った遷延性うつ病の患者２３例に総合機能評価尺度（GAF Scale）を用いて評価した。その結果集中内観は遷延性うつ病に対して長期的にも有効な精神療法であることが分かった（１５例が改善、８例が不変)。改善群の症例において、深い内観が行われたことによって他者視点、自己中心性の自覚、恩愛感、脱我、満足感の獲得などの心理的変化が生じたと考えられた。また、日常生活で内観を続けるなど集中内観後に維持治療をおこなうことも重要であることが示唆された。

以上のことが内観療法の効果を長期に渡って持続させるための重要な要因であると考える。本論文は内観療法の遷延性うつ病に対し、本邦で初めて長期的な有効性に関する臨床的背景や心理的展開について研究したものであり、明らかに学術水準を高めたものと認める。