

五稜会病院

## 心理教育による気分改善効果の検討

～患者とその家族を対象としたうつ病の心理教育～

中村 亨, 中島 公博, 千丈 雅徳  
医療法人社団 五稜会病院

五稜会病院

## 治療に対する考え方の変化

治療者が患者に一方的な治療を施す。

↓

治療者と患者(及びその家族)との協働した問題解決。

協働した問題解決には、メンバー間の共通理解が重要と言われている。

しかし、限られた診療時間の中で、患者とその家族に心理教育を行ない、治療に必要な知識を伝え、共通理解を図る時間を確保するのは限界がある。

↓

セミナー形式の心理教育プログラム、  
うつ病、不眠症、社会制度・資源、サプリメントの使い方・・・

五稜会病院

## うつ病の心理教育

プログラムのねらい:  
患者とその家族の積極的な治療参加の促進。

プログラムに参加することで期待される変化:

- 自分の病気について知識が増す。
- 改善する見通しが増す。
- 積極的に改善方法を手に入れ、取り組もうとする。
- 気分状態が悪化しない。
- 気分が改善し、改善への取り組みを促進する。

研究の目的: 1回のセミナー形式の心理教育で上記のような変化が起っているかを検証する。

五稜会病院

## プログラムの概要

対象: うつの診断で治療中の患者、及び、その家族。

- 診断による参加の制限は行わない。
- 入院・外来の区別なく参加が可能。

実施時間: 土曜午前、約1時間。

スタッフ: 講師1名(心理士)、会場運営1名

心理教育の内容:

- うつの諸症状。
- うつの回復過程。
- うつ病の治療。
- 改善を図る時の注意点。

評価方法:  
申込時点とプログラム終了時点でアンケートを実施。

五稜会病院

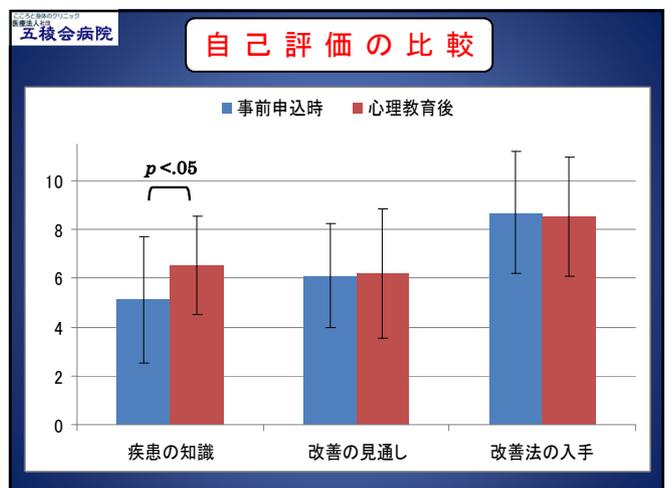
## 分析 方 法

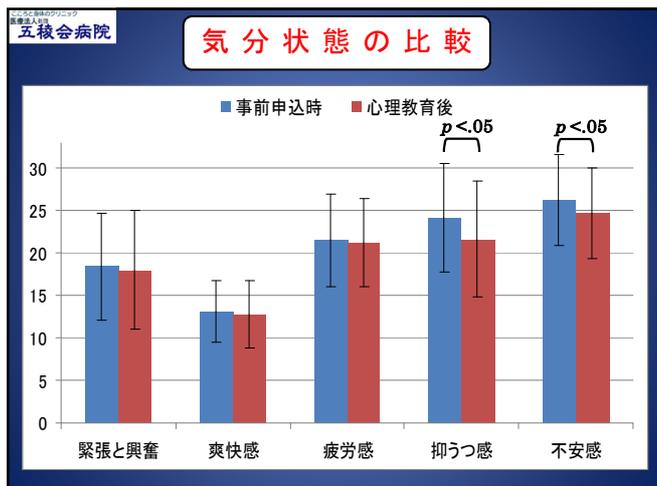
分析対象: 心理教育前後でデータが得られた患者19名。  
性別: 男性4名, 女性15名。年齢: 36.32±10.38歳。  
診断: 気分障害14名, 精神病的障害3名,  
不安障害1名, パーソナリティ障害1名。  
治療の状況: 入院中7名, 外来12名。

測定指標:

- 自己評価(10点満点)
- ①「自分の病気に対して知識を持っている」と感じる程度。
- ②「自分の病気を良くしていくことが出来そうだと感じる程度。
- ③「病気を自分でコントロールする方法を手に入れたい」と感じる程度。
- 気分状態の測定: 気分調査票(坂野他, 1994)。  
「緊張と興奮」, 「爽快感」, 「疲労感」, 「抑うつ感」, 「不安感」。

分析方法: 申込時と心理教育終了時の平均値の比較。





五稜会病院

### 考察

- 病気の知識を持っているという自己評価が増加.
- 抑うつ感, 不安感の軽減.

↓

プログラムで期待する変化と一致.

- 改善する見通しの増強や, 改善の方法を積極的に手に入れようとする変化は確認できなかった.
- 実際に患者とその家族の積極的な治療参加の促進されているか, 追跡調査や対照群との比較が必要.
- 参加申込からプログラム参加までの間が離れており, 心理教育以外の要因が関与している可能性がある.
- データ数が少なく, データの偏りがあった可能性がある. データ数を増やして再度分析する必要がある.

五稜会病院

ご清聴ありがとうございました.

医療法人社団 五稜会病院  
〒002-8029札幌市篠路9条4丁目2番3号  
TEL:011-771-5660 FAX:011-771-5687