

スティグマ改善プログラムが適切な相談行動に繋がる無作為化試験

小池 進介

東京大学こころの多様性と適応の統合的研究 准教授
 (助成時：東京大学 学生相談ネットワーク本部 精神保健支援室 講師)

【ポスター1】

スティグマというのは偏見とか差別という意味なのですが、精神疾患のスティグマで、精神疾患患者さんへの適切な治療機会を奪ったりとか、回復を妨げるということがいわれています。

精神疾患はCommon diseaseであって、スティグマというのは一般市民にも影響が与えられるということになっています。

スティグマ…差別とか偏見を解消する方法としてレビュー論文があり

まして、最も効果的なのは、精神疾患の患者さんと対話することで、それが一番重要だと言われているのですけれども、残念ながら、例えば学校教育とか社会の場面で精神疾患の患者さんであるということを言って、それで精神疾患について話すという機会はほとんどない。そういうのは、なかなかされていない。

また、学校に精神疾患の患者さんが全校に行くとかといったことはかなり現実的に難しい。そういうことがありますので、Filmed social contact（ビデオインタビューの視聴）で何かを考えてもらうことが有効で、同じぐらい効果があるということにされています。

私たちは、ランダム化比較試験で1年間の長期にわたってFilmed social contactが効果があるかどうかというのを検証してきたのですけれども、そのさらに2年後の調査ということで、今回、ファイザーヘルスリサーチ振興財団に助成をいただいて調査をしました。

【ポスター2】

これがレビュー論文等でいわれているもので、4つのグレー文字がスティグマの軽減に効く推奨内容となっています。

こういうエビデンスに基づいて、

ポスター 1

背景

- 精神疾患患者へのスティグマは、精神疾患患者への適切な治療機会を奪う
- 精神疾患はCommon diseaseであり、精神疾患へのスティグマは一般市民の精神疾患への治療の遅れにつながる
- 精神疾患へのスティグマを解消する方法として最も効果的なものはSocial contact(当事者との対話)とされている(Thornicroft et al. Lancet 2015)
- Social contactは大規模介入には向かないため、Filmed social contact(FSC, 当事者のビデオインタビュー視聴)でも有効とされている(Clement et al. Br J Psychiatry 2012)
- FSCで重要となるのが、ただ見るだけではなく、**被写体が共感を持っていること、インタビュー内容が重要であるとされている**(Clement et al. Epidemiol Psychiatr Sci 2013)

ポスター 2

一般市民を対象としたスティグマ軽減キャンペーンでの推奨内容

推奨	メッセージの種類	例
推奨	精神疾患を持つ人と会う、見る	精神疾患患者と実際に話してみる
	回復へのメッセージ	精神疾患患者の多くは回復につながる
	社会的包摂	精神疾患患者は、働く権利があり、働き続けるための支援を受ける権利を持つ
	精神疾患が一般的である疫学知見	精神疾患は生涯のうち4人に1人が経験する
その他	生医学的内容	精神疾患は脳の疾患である
	危険ではないというメッセージ	精神疾患患者から受ける危害より、飲酒者から受ける危害のほうが、ずっと多い
	違うことが価値である	みんな違って当たり前である
	心理社会的内容	精神疾患は、近い人の死、失業など、強いストレスによって起こりうる
	精神疾患の連続性	一般人口の25%は妄想型患者を持ち、15%はこれまでに幻聴を聞いたことがある
	精神疾患による損失	自殺は35歳以下ではもっと大きな死因である

Clement et al. Epidemiol Psychiatr Sci 2013

欧米ではスティグマ軽減戦略として国家プロジェクトとしてやっている国もあります。よく授業とかでやるような、生医科学的な精神疾患…脳の疾患であるとか、危険ではないとか、違って当たり前とか、ストレスで起こるんだよとか、精神疾患というのは連続的なものであるよとか、あとは経済的な問題。こういったものは、実は推奨されてないことがあり、多くがこの4つのグレー文字のものです。

一番上がソーシャルコンタクトになります。あとは回復へのメッセージ。次はちょっと欧米的なのですけども、みんな同じように働き続けてやる権利がある、みたいなことをいう。あとはこれが一番大事なのですが、一般的であるということがあります。

【ポスター3】

これまでの研究成果ですが、Filmed social contact をして長期効果が不明だったのですけれども、私たちは1年間の長期にわたってスティグマの軽減効果があることを示しました。

今回は調査研究として2年後の調査を行いました。実際問題、スティグマの軽減というのは自記式の質問紙の指標で測っているのですけれども、実際介入を受けた後に、実は自分もメンタルヘルスの問題があってそういう所に相談したとか、友達を助けたとか、そういった実際の関与するような効果がないとならない。質問紙であがってどうこうというのは中間の評価なので、今回は実際の行動変容についても検証したというわけです。

【ポスター4】

方法です。

このようなかたちでランダム化比較試験を行って、ゼロ年…ベースラインで30分のビデオ介入をして、1年後の調査までに5回介入したというプログラムを実施しました。

今回の調査としては1年後から2年後のところなのですけれども、ここでは介入はなくて、2年後のアンケートをとったというわけです。

もともとRCTで登録した主要アウトカムは、この4つの自記式質問紙の

回答の変化ということになりますが、今回は、2年後でメンタルヘルスの問題について体

ポスター 3

これまでの研究成果と本研究の目的

- Social contact (FSCを含む)については、長期的効果が不明とされてきた (Thornicroft et al. Lancet 2015)
- また、日本で同様のRCTが行われたことはなかった
- 我々は、繰り返しのFSC介入が、インターネットの自己学習や対照群と比べ、有意にスティグマ軽減効果があり、さらに12か月間持続することを世界で初めて報告した (Koike et al. Epidemiol Psychiatr Sci 2017)
- そこで本研究では、このRCTについて追加調査を行い、24か月後もFSCの効果が持続しているかどうかを検討した
- 質問紙によるスティグマ軽減効果だけではなく、実際の行動変容についても検討した

UMIN-CTR (Trial number: UMIN000012239)
東京大学倫理委員会 (Approval no. 15-115, 116)

ポスター 4

方法

- ランダム化比較試験、3群の並行群間比較 (1:1:1)
 - 映像による社会的接触 (FSC)
 - インターネットによる自己学習
 - 対照群 (コンピュータゲーム)
- 参加者は259人 (東京都内の20大学)
 - 校内掲示板やインターネット掲示板を通じて募集
 - 精神保健に関する調査・試験についての言及はせずに募集
- 主要アウトカムは、介入12ヶ月後のRIBS-J Future Domain
 - 「将来、メンタルヘルスの問題を抱えている人と暮らしてもよい」
 - 「将来、メンタルヘルスの問題を抱えている人と働いてもよい」
 - 「将来、メンタルヘルスの問題を抱えている人の近くに住んでもよい」
 - 「将来、友人がメンタルヘルスの問題を抱えたとしても、交友関係を続けてもよい」
 - 「非常にそう思う」~「全くそう思わない」、「わからない」の6件法
- 主要アウトカムのほか、24か月間でメンタルヘルスの問題に関して、新規に体験した人数を解析
 - 自身のメンタルヘルス
 - 家族、友人、隣人
 - 福祉施設の訪問など7項目

リクルート
 参加同意 259名
 ランダム割付
 介入前調査 T0 (pre) 259名
 30分のビデオ視聴群 (90名) 87名
 30分のインターネット自己学習 83名
 30分のゲーム 89名
 介入後調査 T1 (post) 259名
 1か月後調査 T2 (1 m) 259名
 T3 (12m) n = 218 (84.2%)
 T4 (24m) n = 197 (72.2%)
 本研究で実施

Yamaguchi et al. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol 2018 in press

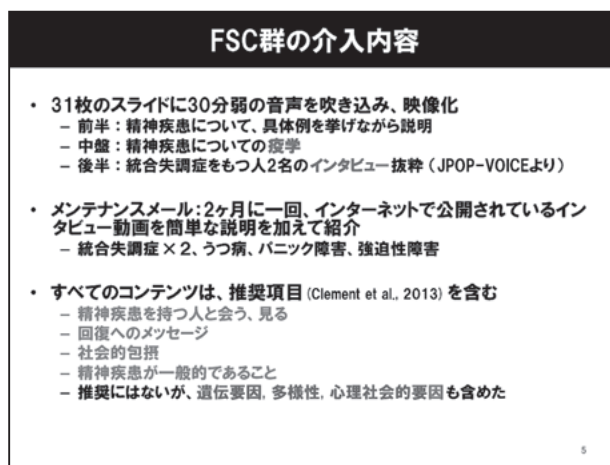
験した人数を解析しました。

具体的な方法としては、ここで最初にベースラインとして、自分のメンタルヘルスで問題を相談したことがありますかとか、友達に相談したこと、受けたことがありますかとか、精神科の医療機関といったところに訪問したり、自分が行ったこと…家族の人に付いて行ったのも含むのですが…がありますかというのを聞いておいて、1年、2年と聞いているのですけれども、その間に新規にだんだんこの項目が「はい」とつく人が増えてくる。その数を数えたわけです。

【ポスター5】

実際、最初の30分の介入でどういったことをしたかというところ、統合失調症という病気をもつ患者さん2人のインタビュー動画を見たり、それ以外にこういった知識が多く含まれるようなビデオを作成して30分の構成にしました。30分で全てをこれだけで説明するのはちょっと難しいので、社会的なトピックである遺伝要因とか、多様性、心理社会的な要因をわずかに含めました。

ポスター 5

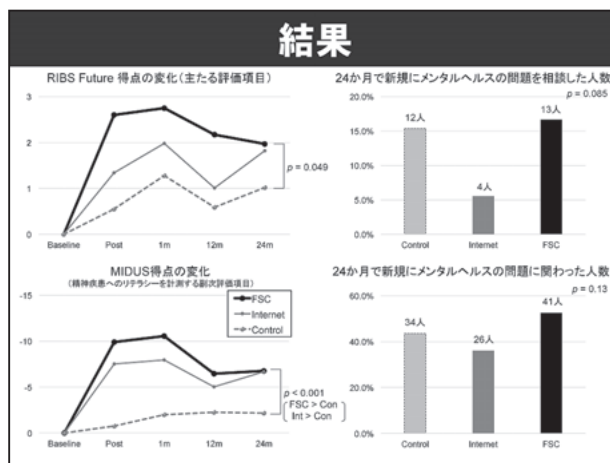


【ポスター6】

結果になります。

実際問題、自記式の質問紙で左上の折れ線グラフがメインのアウトカムの Behavioral Intention というもので、暮らしてもいいとか、働いてもいいというようなスコアがここに記されています。左下の折れ線グラフはリテラシーで、精神疾患への適切な知識を測る項目です。「FSC」が Filmed social contact で、「Internet」がインターネットの自己学習群、「Control」がコントロール群です。

ポスター 6



2年後でも Filmed social contact はコントロール群に比べて、わずかですけれども、有意な差がありました。

リテラシーに関してはずっと継続して行って、2年後でも自己学習群でも Filmed social contact 群でも、有意な差があったという結果になりました。

今回のメインの調査としては、残念ながら、24か月で新規にメンタルヘルスの問題を相談した人数というのは、Filmed social contact が一番多いのですけれども、コントロール群

とほとんど変わらずに、なぜかインターネット群がごく少なくて、有意な差ではなかった。全ての問題で、いろいろな友達に相談したりとか、いろいろな所に行ったりとか、そういうところを含めると、もうちょっと差が出てくる傾向にはあるのですけれども、残念ながら、差は出なかったというわけです。

【ポスター7】

考察に移ります。

本研究は、Filmed social contactの24カ月の効果を示す世界初の報告です。

実際、自記式の質問紙でも効果は持続することが分かったのですけれども、今回メインに見い出したかった実際の行動変容というのは見い出すことができませんでした。

アンケートで「違う」「変わらない」というのも大事ではあると思うのですが、どうやったら実際の行動が変わっていくかというのを、今後はもうちょっと大規模に調査したいと考えております。

今回の発表とは関係ないですが、この研究に関していくつか論文を発表させていただきました。

【ポスター8】

まとめです。

本研究はFilmed social contactの効果を示すRCTの追加調査を行い、24カ月後でもFilmed social contactの効果が持続しているかどうかを検討しました。

主たるRIBS得点では有意な介入効果を見い出したのですけれども、実際の行動変容までには至りませんでした。

今後は質問紙の効果検証だけでなく、実際のサービス利用とか他者への支援もみる効果検証が必要であると考えています。

ポスター7

考察

- 本研究はFSCの24か月効果を示す世界初の報告である
 - 12か月間の継続介入後、12か月間介入なしでも効果が持続することが分かった ($p = .049$)
 - ただし、介入がない12か月では介入効果が減弱しており、継続介入の必要性が明らかとなった
 - 精神疾患へのリテラシーについては安定した介入効果が出ている
- 24か月間で新規にメンタルヘルスの問題に関係する効果は見いだせなかった
 - 自身のメンタルヘルスの問題は24か月でも新規に発生する割合が低かったため、自身以外のメンタルヘルスへの問題関与も検討したが、有意とはならなかった
 - これまで、スティグマ軽減効果を示す研究で、実際の行動を観察した試みはされてこなかったため、今後、実際のサービス利用や他者への支援を計測して、スティグマ軽減効果を検討する必要がある
- 今回発表しないが、本研究に関して、以下の論文を発表した
 - 大学生とその保護者にスティグマ調査を行い、統合失調症についてのみスティグマが相関することを明らかにした (Koike et al. *Psychiatry Clin Neurosci* 2017)
 - これまでスティグマは「知識 (ステレオタイプ) → 態度」と変化するとされてきたが、共分散分析を用いて「態度 → 知識」と変化する可能性を明らかにした (Koike et al. *Psychiatry Res* 2018)
 - 統合失調症の名称変更について、システマティックレビューを行った (Yamauchi et al. *Psychiatry Clin Neurosci* 2018)

ポスター8

まとめ / 結論

- 本研究では、FSCの効果を検証するRCTの追加調査を行い、24か月後でもFSCの効果が持続しているかどうか検討した
- 24か月後もFSCは主たる評価項目であるRIBS得点で有意な介入効果を見出していたが、実際の行動変容までには効果を見出せなかった
- 今後は、質問紙による効果検証だけでなく、実際のサービス利用や他者への支援をみる効果検証が必要である

質疑応答

- 座長：** この研究は非常に貴重な研究ということで、今の報告を聞きましても、ユニークさというのが分かりました。これを実施するうえで一番苦勞があった点…初めてということであればいろいろご苦勞もおありだったと思うのですが、そのあたりをお尋ねしたいと思います。
- 小池：** ありがとうございます。非常にそれは重要な質問で、一番大変だったのが、ビデオに出てくれる人を見つけるということです。なぜかという、今回、ちょっと説明が抜けましたけれども、259人というのは大学生で、東京都内の20の大学から広く募集をしたのです。
精神疾患のことを分かってもらって、かつ、こういう内容を含むようなインタビュー動画は世の中に存在していなくて、それを見つけてくるというのが、まずひとつ大変でした。結局それを見つけきれなくて、現在、私のところの研究室で作ったりしています。今後、患者さんが精神疾患についてスティグマを下げるようなビデオというのが広く普及していけばいいなと思っております。
- 会場：** 2点質問なのですが、行動変容というところでポスター6の棒グラフがあるのですが、そこは相談した人が多くなる方がいい結果というように先生は考えて調査されたのでしょうか。
- 小池：** はい、そうです。なぜかという、この裏で実は、鬱とか、いろいろな悩みを抱えているということを知っているのですけれども、大体、大学生の4人に1人ぐらいは、そういうのを持っているとアンケートでは答えるのです。ただ、実際に相談まで行ったとか、友達に相談したというのはすごく少ないので、そこにすごくギャップがあるのはスティグマであると捉えられます。そこに介入することによって増えるというのが、まず良いのかなと考えております。
- 会場：** もう一点ですが、その左の尺度で測定したものに関して、最初は先生のお作りになったビデオの効果が一番高かったみたいなのですが、最終的には「Internet」も追いついていて、インターネットの自己学習も結構な値で持続的な効果があるんだなど見ていました。そこら辺は、先生はどのようにお考えでしたか。
- 小池：** 今回だけの調査では分からないのですが、これは大学生なので、要は大学の生活の中で、だんだん講義なり何なり経験が増えていく部分があると思うのです。なので、インターネットの自己学習でも、何のきっかけでもいいのですが、何かきっかけを与えてあげると、授業とかでもだんだん上がっていくというのはいい効果かなと思っています。なぜ追いつくのですかと言われると、かなり難しいところですね。

- 会場：** ありがとうございます。すみません、もう一点だけ。
大学生ということで。私は保健学科なのですが、看護だと3年生になると専門的な知識が増えてくるのですが、そういう学部の違いとかはどのようにランダムイズされたのでしょうか。
- 小池：** これも実際問題、心理の学生と医学部の学生は除外したのです。なので、ごく一般的な学生であると考えております。
- 会場：** ありがとうございます。
- 会場：** 私はこういった分野にあまり関わっていない倫理が専門の者です。背景のところで、Filmed social contactで非常に重要になってくるのが『被写体が共感を持つることとインタビュー内容が重要』であるとおっしゃっていますが、ここの部分が重要と考えるということは、例えば、共感が持てて、なおかつインタビュー内容が充実しておれば、FSCでなくともいい、FSCにこだわる必要はない、というのが先生の感想ですか。どうでしょうか。
- 小池：** ただ、どういうふう to それを作るかというのにもよると思うのですが。
- 会場：** 逆にインターネットでも、それが満たされればツールとしては有効だと…。
- 小池：** はい。要はこの介入はメールでしているので、インターネットを無視しているわけではなくて、むしろ電子的なものを駆使してやっているという感じです。ただ、何かしらきっかけがないと、高校生、大学生がメンタルヘルスに興味を持つことはないのです、そのきっかけとして、最初に授業としてビデオを見せる。よくあるのがNHKの教育テレビとかで今そういう障害を持っている人がよく出てますけれども、そういうのを見てもらう。そうやってディスカッションをしている過程を見て、ワークショップをすとか。そういったきっかけが1回でもあると、変わってくるのかなと考えています。
- 会場：** ありがとうございます。
- 座長：** 先生のご報告は非常に貴重だと思います。今回は学生さんが対象というか被験者ですが、今後これが一般化するということになると、もっと多様な方々に応用が利くのではないかと期待されます。今後の研究を期待しております。
- 小池：** ありがとうございます。