

行動療法の展望

ハライの展望

原井 宏明

国立療養所菊池病院 臨床研究部

私と行動療法



- 私の経歴
 - － 臨床経験
 - 患者
 - 治療の技法
 - 先生
 - － 勉強経験
 - 学会 ワークショップ 論文
 - － 個人的生活とうつ病
- 行動療法の行く先

経歴

- ミシガン大学
 - Detroit Renaissance Centerのエレベーター
 - Beckの認知療法の本
- 神戸大学精神科
 - 中井久夫教授
- 肥前療養所
 - 山上敏子先生
 - 行動療法学会
 - 異常行動研究会(行動科学学会)

研修医1年目

- 中井久夫先生
 - 分裂病と人類
 - 風景構成法
 - シュビング的面接
- 県立淡路病院
 - 分裂病の患者の入院治療
 - うつ病の外来患者

図 5-a 神経症の分類・特徴・経過



- この3つの神経症は
- 1) 症状が固定的
 - 2) 社会的活動はそこなわない。
 - 3) 知的な人に多い。
 - 4) 薬物や精神療法のみきめがすみやか

肥前療養所

- 山上敏子先生
- SST
- H J Eysenckの来日と通訳

患者1

- 24歳男性

- スムースに動作ができない。自分の思っていることが現実となるようで恐ろしく、それを取り消すために反復的に儀式をしなければいけない。

- よく話を聞くこと

- セルフモニタリング

- 行動療法事典

- Bellack & Hersen

患者2

- 25歳女性

- 外に出るのが怖い、家においても人が来るのがいやだ、よく手、身体、服を洗う。
- 系統的脱感作 筋弛緩訓練 ハエラキー(ヒエラルキー)
- 漸進的接近法
- WBTエジンバラ1988
 - Foaのワークショップとポスターがとなりの女性
- Exposure & Ritual Prevention

患者3

- 34歳男性

- 息苦しさ・動悸・死の恐怖感を伴う不安発作, 疲労感。乗り物・高所・混雑している繁華街などに対する恐怖
- In vivo Exposure
- パニック障害
- イミプラミン維持投与

結果

- 何でも行動療法
- Overcorrectionへの偏向
- うつ病の患者
 - 山上先生からの注意

患者4

- 62歳男性

- 慢性の腹痛 セルフモニタリングでは何をしているときでも痛みレベルに変化がない
- 病歴と治療歴のライフチャート

患者5

- 34歳女性

- CC 病気自体は治らないと言われたが、やれるだけの治療を受けたい。復職したい。入院中も漢方医受診、コーラス参加を続けたい。
- 前医 口が達者だが、実際には何もできない
- ライフチャート
- SST
- 十分量かつ十分期間の抗うつ薬

勉強

- 印象に残る論文・本・研究
 - Kaplan & Sadock Comprehensive Textbook of Psychiatry
 - 1988 IV 2000 VII
 - Akiskalの気分障害に関する論文
 - アルコール依存症に対するVaillantの報告
 - アルコール依存症に対するProject Match研究
 - うつ病の治療研究, 治療ガイドライン作成
 - 症状からは, どの治療がいいか事前の予測が出来ない
 - 3群割り付け試験で同等
 - EMDRの追試研究 Component Study
 - サートラリンのパニック障害に対するプラセボ対照用量設定試験

印象に残るワークショップ・講義・雑談

- Sobel& Sobelの依存症に対する治療
– Motivational Interviewing
- Foaの強迫性障害ワークショップ
- 林田先生の強迫性障害ワークショップ
- Barlowのパニック障害ワークショップ
- 価値条件付けに関する学習理論の講義
- I Marks

治療法の開発と実証試験と普及

- 治療技術の開発の早さ
- 治療技術習得の早さ
- 研究専門家 治療技術開発者
- 治療技術者
 - 治療技術開発結果の消費者
- 治療技術の消費者
- 医療情報を見分ける

これから学ぶ人の課題

- 技術の達人
 - 名医の外科医ブラックジャック
- 技術を開発する研究者

行動療法の技術開発のトレンド1

- Dissemination Oriented Type of Research
 - Technology Transfer
 - Clinical Trial Network
- より厳しい条件による実証試験

行動療法の技術開発のトレンド2

- 部分の行動療法の技術にはこの20年、大きな革新はない。
 - 治療技術自体は日本も悪くない?
 - L Ostのメタアナリシス
- 治療パッケージ
 - EMDR
 - ACT Acceptance & Commitment Therapy
 - FAP Functional Analytic Psychotherapy
 - MET Motivational Enhancement Therapy

Take Home Message

- 刺激と反応を細かくとる
- 患者の真似ができるように情報を集める
- ライフチャート
- 患者が治ることが、治療者になるためのベストの訓練
- 疾患については英語で勉強する
- 基礎的な技術・理論は日本語で
- 一人一人の患者さんの治療過程において、現在入手可能な最強の外部のエビデンスを良心的に明示的にかつ賢明に応用する
- 判断がつかないことは常識と患者の価値観を優先する