

**Effects of reducing anxiety by a combinational intervention
method using attention bias modification and cognitive
behavioral therapy in patients with hematopoietic tumors
: a quasi-randomized controlled trial**

**注意偏向修正と認知行動療法の併用介入法によって造血器腫瘍患
者にある不安を軽減する効果：準ランダム化比較試験**

埼玉県立大学大学院 保健医療福祉学研究科 博士論文

指導教員 濱口豊太 教授, 副指導教員 石岡俊之 准教授, 金野倫子 教授

2021年3月 1991002 小泉浩平

[緒言] 造血器腫瘍患者は不快期間の長期化により陰性情動が醸成され易く、不安障害とうつ病の発生率が高い。陰性情動は思考と行動の連鎖に影響を与え身体活動量を低下させる。そのため、がん患者への心理介入はがん医療の課題の一つである。不安や抑うつのある者には、嫌悪な対象に注意を向けやすいという注意バイアス (Attention Bias: AB) があり、陰性情動の惹起を制御するには注意バイアス修正法 (Attention bias modification: ABM) が用いられてきた。一方、醸成された陰性情動には、認知行動療法 (Cognitive Behavior Therapy: CBT) が推奨される方法として提示され、それぞれが不安の異なる認知的側面をターゲットにしている。運動療法に ABM と CBT の構造化されたプログラムを集学的に実施することは、陰性情動を軽減しつつ、認知および行動を変容し、身体活動を高めるかもしれない。

本研究は、運動療法に ABM と CBT を組み合わせた介入が、造血器腫瘍患者の不安心理を軽減し、身体活動を改善するという仮説を検証した。

[方法] 入院中の造血器腫瘍患者 30 名を、治療群 (ABM + CBT + 運動療法) と、対照群 (ABM プラセボ + CBT プラセボ + 運動療法) に割り付け、4 週間に渡りプロトコルに沿った介入を実施した。主たる評価測定項目は、日本語版 Profile of Mood

State (POMS)の得点とし、副次的な測定項目は心拍変動周波数解析 (Heart Rate Variability: HRV)の交感神経指標 (LF / HF)と、副交感神経指標 (HF)、身体活動量として1日の歩数を測定した。各測定項目は、介入前、2週後、介入後に測定し、群と時期による2要因の反復測定分散分析にて解析した。

[結果] 治療群と対照群の間で、POMS 緊張-不安スコアに交互作用を認め、単純主効果解析で、介入後の治療群は対照群と比較し有意に低かった。HRVについては、LF / HFで群間に交互作用を認め、単純主効果解析で介入後の治療群は対照群と比較し有意に低かった。歩数は、時期による主効果を認めたが、交互作用は認めなかった。

[考察] 本研究は、運動療法に併用した ABM と CBT を組み合わせた集学的な介入が、不安心理を軽減させることを示した。感情誘導は、無意識の刺激知覚と感情処理能に資するため、不安心理の制御に脅威情報から瞬目的な回避行動をとる ABM と、外部ストレスを認識し感情を処理する CBT の併用効果があったと考えられた。さらに、この不安心理軽減は、交感神経系の減衰を伴い感情的反応を低下させる潜在的な機序を示唆した。ヒトは心理的ストレスに対し交感神経活性を高めて対処するため、感情処理中の生理学的リソースが制御されたと推察できる。身体活動量は、群間に違いを認めなかった。この点は、化学療法に伴う免疫能低下を理由に活動範囲が制限されたため、安静と身体活動に不均衡が生じていたと考えられた。

これら知見は、異なる認知的側面をもつ集学的な心理介入が、高レベルの身体的および精神的ストレスを経験する造血器腫瘍患者の心理機制に収束をもたらすことを示した。活動量を高める運動負荷量の適正化についての検証は次の課題である。