

甲状腺疾患におけるこころの働きとケア

河合俊雄（こころの未来研究センター教授）

■プロジェクトの問題意識

甲状腺疾患は代表的な内分泌・代謝疾患であるが、時に抑うつ・情緒不安定などの精神症状を伴うことがある。こうした場合は特に心身両面のサポートが大切であり、患者は医師の紹介を受けてカウンセリングに訪れることになる。本プロジェクトは、甲状腺疾患専門病院での心理臨床を基盤に開始された。心理アセスメント法を用いて彼らのこころの働きを検討するとともに、心理療法の実践と事例検討から、どのような心理療法的アプローチが有効であるのかを探っていきたく考えている。

■バセドウ病における心身の関連についての研究

平成24年度は、バセドウ病における心身の関連について研究を進めてきた。バセドウ病は、甲状腺疾患のなかでも心理的問題と関連が深く、古くから代表的な心身症の1つに数えられてきた（Alexander, 1950）。本研究では、①心理療法に訪れる患者にはどのような特徴が見られるのか、②心理療法と身体治療にはどのような関連があるのか、の2点について検討した。こうした取り組みを通して、どのポイントで心身の相関が見られるのかを具体的に把握することによって、治療を促進したりサポートしたりする心理療法のエッセンスをつかむことが可能になるのではないかと考えた。

そこで、カウンセリング依頼のあったバセドウ病患者90名を対象に、寛解率をひとつの指標として、(1)一般患者群との比較、(2)カウンセリング期間による、短期・中期・長期の3群間の比較、を行った。その上で、カウンセリングのプロセスを質的に検討し、寛解率との関連を検討した。

■成果1：カウンセリングを依頼されるバセドウ病患者の特徴——一般患者群とカウンセリング群の比較

一般患者群（身体治療のみ）837名とカウンセリング群（身体治療とカウンセリング）90名の寛解率を比較した（表1）。カウンセリング群の寛解率は16%で、一般患者群の寛解率26%よりも有意に低かった（ $\chi^2=4.86$ 、 $P<0.05$ ）。カウンセリング群は一般患者群よりも寛解する可能性が低く、通常的身體治療だけでは改善の難しい患者がカウンセリングの適用と判断されていることがわかれる。

■成果2：カウンセリング過程の特徴——カウンセリング期間・内容と寛解率

カウンセリング群を、回数によって短期（5回未満）・中期（5～30回）・長期（31回～）の3群に分け、各群での寛解率を比較した（表2）。

カウンセリングを受ける患者の約半数が5回未満の短期でカウンセリングを終結し、31回以上の長期にわたるのは約2割であった。寛解率を見ると、長期群で有意に高かった（ $\chi^2=7.05$ 、 $p<0.05$ ）。

3群のカウンセリング内容の特徴を検討してみると（表3）、短期群では目下の不安や悩みを話す場所としてカウンセリングが機能していると考えられた。そのため当面の悩みが解決すると、それ以上心理的洞察を深めることはせずにカウンセリングを終了し、身体治療のみを続ける場合が多かった。他方、長期群では、当面の不安や環境調整のみならず、

自身の性格・生育史・家族関係などに目を向けた心理的作業が行われていた。長期間カウンセリングを受ける患者は多くはないが、自分の症状や心理的葛藤とバセドウ病とを関連づけてとらえ、自らを振り返り、心理的作業に取り組んでいくことで、身体的な面でも改善につながる可能性があるように思われる。

■今後の課題と展開

本研究の結果をふまえると、「治る」というのは心身の同時的変化であるように思われる。今後は、甲状腺疾患における心身の関連を明らかにする一助として、治療により身体機能が変化する過程で、心理指標にはどのような変化が生じてくるのかを検討したい。投薬治療の奏効しにくい患者の心理指標を明らかにすることによって、より適確な身体的・心理的治療的な働きかけを検討する糸口が見出されるのではないだろうか。それによって、医療現場でよりきめ細やかな援助を可能にすることができるだろう。

表1 一般患者群とカウンセリング群の寛解率の比較

	合計(人)	寛解(人)	非寛解(人)	寛解率(%)
一般患者群	837	219	618	26
カウンセリング群	90	14	76	16*
合計(人)	927	233	694	

表2 カウンセリング群における短期・中期・長期群の寛解率の比較

	合計(人)	寛解(人)	非寛解(人)	寛解率(%)
短期群	43	6	37	14
中期群	29	2	27	9
長期群	18	6	12	33*
合計(人)	90	14	75	

表3 カウンセリング内容の特徴

カウンセリング 短期群 (5回未満)	<ul style="list-style-type: none"> ・数回話すことで当座の心理的安定を得る。 ・心理的洞察を深めることはせずにCoを終了。 ・身体的治療のみを続ける。
カウンセリング 中期群 (5～30回)	<ul style="list-style-type: none"> ・ある程度の心理的洞察を深める場合もある。 ・現実面の変下(体調回復や仕事の再開、精神面は近医でフォロー等)を機に終了となる。
カウンセリング 長期群 (31回以上)	<ul style="list-style-type: none"> GD以外の、精神的および心理的問題が明解な場合が多い。