アトピー性皮膚炎へのマインドフルネス研究にかかる情報収集調査

医学研究科　博士後期課程　2 年
岸本　早苗
アメリカ合衆国
2018 年 2 月 27 日～2018 年 3 月 21 日

計画の概要

申請者は、「アトピー性皮膚炎（以下 AD）患者のクオリティ・オブ・ライフ（人生・生活の質　以下 OOL）」の向上を目的とした国際共同研究をハーバード大学と進めている。AD にはまだ効果が報告されていないが様々な疾患では介入効果が報告されているマインドフルネスやセルフ・コンパッション（自分への思いやり・慈悲）の集団心理教育の重要要素を統合し、日本で申請者が中心となり、クリストファー・ガーマー博士（MSC 共同開発者・ハーバード大学）の助言等を得て、画期的な遠隔集団心理教育の開発を進めている。我が国の AD 患者に効果を得られるプログラム内容を開発するためには、臨床研究デザインに関して京大で指導を受けることとあわせて、医療領域におけるマインドフルネスの研究が最も盛んなマサチューセッツ州において臨床研究を進めている先生方による助言を受けることが介入内容の質を担保する上で重要となる。ガーマー先生他、介入内容に関して指導者との面談や情報交換を行う。

成果

申請者は、AD に対するマインドフルネス及びセルフ・コンパッション統合心理教育の単群前後比較研究（パイロット研究）について、渡米前に倫理審査を経て AD 患者へ介入を実施していた。その結果をもとに、続いて行う本格的な研究の国際共同研究者であるガーマー先生（ハーバード大学臨床心理学者）と面談を行い、AD に適用できる心理教育プログラムの内容や、効果測定項目、被験者の自己学習をサポートする方策等について研究指導をいただいた。他、ハーバード関連病院でマインドフルネスやコンパッションの実践を行なっているクリストファー・ウィラード先生（ハーバード大学臨床心理学者）から慢性皮膚疾患へのコンパッションについて指導をいただいた。ケンブリッジ・インサイト・メディテーション・センター（前ハーバード大学社会心理学者が創立者の瞑想センター）では、コンパッションを育てる瞑想の研修に参加をすることで、本研究の介入内容の質を高めるための理解を深めた。ハーバード大学関連病院ブリガム・ウィメンズ病院の患者・

家族センターの職員マーティー・カーニー氏（ハーバード関連病院での患者家族アドバイザリーカウンシル共同創設者）との面談では、臨床研究の各段階において（構想、プロトコル作成、効果測定項目、結果の解釈等）、研究者のみで進めるのではなく患者の立場・視点を患者アドバイザーから学び、研究者と患者が協働していくモデルを指導していただき、帰国後は、パイロット研究に協力いただいた被験者から患者アドバイザーを選出し、すでに患者アドバイザーとの会議を重ねて患者の視点を入れた臨床研究の準備を進めている。現在倫理審査に提出する研究計画書を作成しており、その内容を反映することができている。これらに加え、3 月上旬には、マインドフルネスに基づく心理教育の指導者やカナダのトロント大学准教授らがマサチューセッツ州郊外で行う集いに参加し、日本においてプログラムを進行する上での課題や特徴についてフィードバックを得た。マインドフルネスの研究者らと、患者に介入する際の具体的な進め方の課題について討議を行う機会に恵まれた。今回のマサチューセッツ州滞在を通じ、我が国における独自のプログラムの開発及び介入研究の質を担保するための情報収集を十分に得る機会をいただいた。本研究における心理教育プログラム内容の最終化の一助となり、現在ランダム化割り付け比較試験の研究計画書を作成している。

（写真：雪の残るハーバード大学キャンパスと、晴れの日のケンブリッジ・インサイト・メディテーション・センターで撮影。マサチューセッツ州の冬は厳しく、滞在中の 3 月も台風や大雪が続き、厳寒のなか暖房が止まって風邪をひいたり、電車が止まったりしたがおかげさまで安全に滞在を終えることができた。）