

氏名	安齋 紗保理 (アンザイ サオリ)
本籍	神奈川県
学位の種類	博士 (老年学)
学位の番号	博甲第 77 号
学位授与の日付	2016 年 3 月 15 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
学位論文題目	地域在住高齢者における筋骨格系の痛みへの対処方法の実態と生活機能との関連 ―腰痛, 膝痛を中心として―

論文審査委員	(主査) 桜美林大学教授	渡 辺 修一郎
	(副査) 桜美林大学教授	新 野 直 明
	桜美林大学教授	芳 賀 博
	東京都健康長寿医療センター研究所研究副部長	大 淵 修 一

## 論文審査報告書

### 論文目次

#### 第 1 章 諸言

1. 研究背景・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
  - 1) 地域在住高齢者における筋骨格系の痛みの現状・・・・・・・・・・1
  - 2) 高齢者の筋骨格系の痛みに関する先行研究・・・・・・・・・・1
  - 3) 痛みへの対処方法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
2. 研究目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1

#### 第 2 章 研究 1-1 日本人地域在住高齢者が行っている痛みへの対処方法の実態調査のための質問票の作成

1. 研究方法	1
1) 項目候補の収集	1
(1) グループインタビュー調査	2
(2) 文献からの項目候補の収集	2
2) 質問項目の決定	2
2. 結果	2
第3章 研究1-2 地域在住高齢者が行っている筋骨格系の痛みへの対処方法の実態と生活機能との関連	
1. 研究方法	2
2. 結果	2
3. 考察	3
第4章 研究2 地域在住高齢者が行っている筋骨格系の痛みへの対処方法の実態と生活機能との関連	
1. 研究方法	4
2. 結果	4
3. 考察	5
第5章 総合考察	
1. 本研究のまとめ	6
2. 本研究の課題・限界点	6

参考文献

## 論文要旨

高齢者は痛み、とくに腰痛や手足の関節痛を有する者が多い。痛みを伴う関節疾患は軽度要介護の原因の約2割を占めており、痛みに対する対策は介護予防対策のうえでも急務の課題となっている。本研究では、まず、国内外の、痛みの関連要因、痛みへの介入および対処方法に関する先行研究の広範なレビューを行い、高齢者の筋骨格系の痛みへの対処の実態が把握できていないこと、痛みに対して運動介入以外の対処方法の効果が十分明らかになっていないこと、痛みへの対処がその後の生活機能をどう変容させるかについての研究が乏しいことを示した。そのうえで、地域在住高齢者の痛みを軽減させるための取り組みをより一層推進するため、高齢者の筋骨格系の痛みへの対処の実態を明らかにし、また、痛みへの対処方法がその後の痛みや生活機能の低下とどう関連しているかを明らかにすることを目的とし一連の研究を構築した。

研究1は、地域在住高齢者が行っている筋骨格系の痛みへの対処方法の実態を明らかにし、痛みの対処方法と痛みの状況との関連、生活機能との関連を横断的に明らかにするこ

とを目的に行った。国内外の先行研究のレビューおよび12名へのグループインタビュー結果を総合し、17項目からなる高齢者の筋骨格系の痛みへの対処方法を把握する調査票を作成した。この調査票を用いて地域在宅高齢者2281名に対し郵送調査を実施し、回答を得た1835件の分析から、痛み対処方法の実態、痛み対処方法と痛みの状況および生活機能との関連を検討した。痛みへの対処では「動くようにする」をはじめとした取組みやすい方法が、とくに女性で多く実施されている一方、「じっとして動かさない・休ませる」などの消極的な対応を実施している者は少ないこと、女性の方がより痛みに対し様々な方法を用いて対処しようとしていることなどを明らかにした。さらに痛みへの対処は因子分析により5因子に分類されることを示し、因子ごとに、痛みの部位、部位数、継続期間との関連を検討し、痛みの部位が複数、継続期間が半年以上の場合、「病院での治療」、「日常行動の制限」、「自己療法」の対処がより多く実施されていること、「日常での積極的対応」や「休息」は痛みの状況に限らず実施されていることを明らかにした。また、横断的には、「病院での治療」、「日常行動の制限」は生活機能と負の相関がみられ、「日常での積極的対応」は生活機能と正の相関がみられることを示した。

研究2は、痛みへの対処方法が1年後の痛みの有無や生活機能に及ぼす影響を縦断的研究により明らかにすることを目的に行った。研究1の対象に対し1年後に郵送法で追跡調査を行い、研究1において「痛みがある」と回答した1125名のうち追跡調査の回答を得た1003名の分析から、痛みへの対処方法がその後の痛みや生活機能に及ぼす影響を検討した。多変量解析の結果、1年後の痛みの存在は、痛みの部位数と有意に関連するが、痛みへの対処方法とは有意な関連はみられないことを示した。痛みへの対処方法と1年後の生活機能の関係については、手段的自立(IADL)、運動機能、社会活動、社会的ネットワークを生活機能の指標として検討した。運動機能については、「病院での治療」、「日常行動の制限」が多いと1年後の運動機能が低いことが明らかとなったが、「病院での治療」は、その行動が運動機能の低下を引き起こすのではなく、病院での治療を要するほど痛みの状況が悪く、その結果運動機能の低下を引き起こしたと考えられた。「日常行動の制限」は身体活動や外出頻度の低下につながり、その結果、運動機能の低下を引き起こしたと考えられた。社会活動については「日常での積極的対応」が多いと1年後の社会活動が高いことなどが明らかになった。これまでの研究では、積極的な対処方法として“運動の実施”や“行動の活性化”、“active coping”などが取り扱われ、うつや負の感情などの精神的側面や、痛みによる活動制限との関連が検討されていたが、対処方法とアウトカム変数との間に有意な関係が示されていなかった。本研究では、痛みに対し積極的に対処することが将来の社会活動の低下を防ぐ可能性を示唆する貴重な結果が得られた。

以上、本研究では、高齢者の筋骨格系の痛みへの対処方法を把握する調査票を開発し、それを用いて地域在住高齢者の筋骨格系の痛みへの対処方法の実態と生活機能との関連を横断的に明らかにした。さらに、縦断研究により、痛みへの対処方法が1年後の痛みおよび生活機能に及ぼす影響を解明し、痛みによって日常行動の制限をすることなく、日常生活の中で痛みに対し積極的に対応するなど好ましい対処方法を実施することで、運動機能や社会活動の低下の防止が期待できることを示した。

## 論文審査要旨

高齢者に多い筋骨格系の痛みへの対処として、運動以外の対処法に関する研究は少ない。本研究では、まず、研究 1 にて国内外の先行研究の知見および聞き取り調査から高齢者の筋骨格系の痛みへの対処方法を把握する調査票を作成し、地域在宅高齢者 2281 名に対し郵送調査を実施し、痛み対処方法の実態、痛み対処方法と痛みの状況および生活機能との関連を検討している。痛みへの対処行動は 17 項目 5 因子に分類されることを示し、「日常での積極的対応」や「休息」は痛みの状況にかかわらず実施されているのに対し、「病院での治療」、「日常行動の制限」、「自己療法」の対処は、痛みが複数個所にあり持続している場合に多いことなどを明らかにしている。次いで研究 2 では、研究 1 において「痛みがある」と回答した 1125 名に 1 年後に郵送法で追跡調査を行い、回答を得た 1003 名の分析から、痛みへの対処方法がその後の痛みや生活機能に及ぼす影響を検討している。痛みへの対処方法は筋骨格系の痛みの変化には関係していないこと、「病院での治療」「日常行動の制限」が多いと 1 年後の運動機能が低いこと、「日常での積極的対応」が多いと 1 年後の社会活動が高いことなどを明らかにしている。これら一連の研究は、十分な国内外の先行研究の検討をもとに、多数の高齢者を対象として最適と判断された方法で得られたデータを用い、適切な分析方法にて遂行されている。痛みへの多様な対処法を把握できる調査票を開発し、どのような痛みへの対処法が痛みや生活機能の改善に有効であるかを縦断データに基づき検証した本研究は、研究の意義・有効性、信頼性、独創性において博士論文として十分な水準にあるものと判断し、合格と判定した。

## 口頭審査要旨

公開試問では、30 分間の論文概要の発表後、30 分間にわたり質疑応答が行われた。本研究の分析枠組み、結果における性・年齢構成の関与、痛みの程度の関連、認知的対処を除外した理由、本研究で新たに明らかになった痛みへの対処法などについての質問がなされ、それぞれについての的確な説明および考察がなされた。分析枠組みについて、当初は痛みへの対処行動が痛みの変化を介して生活機能を変容させる仮説を設定していたが、痛みへの対処行動と痛みの変化には明確な関連が認められず、痛みへの対処行動が独立して生活機能を変容させることが示された。郵送調査の回収率は、通常 4 割程度であるのに対し、研究 1-2 では 8 割以上の高い回答率を得たこと、さらに、研究 2 の追跡調査では約 9 割の対象から回答を得ており、対象の地域代表性が高いこと、脱落による選択的バイアスが小さいことは高く評価された。

高齢者の膝関節痛および腰痛をはじめとする筋骨格系の痛みの状況とその対処方法のあり方、および、痛みへの対処方法がその後の社会活動や生活機能に及ぼす影響を明らかにした本研究の成果は、今後の高齢者の痛み対処方法のあり方を樹立するうえで貴重なものになるものと判断された。

公開試問後の審査委員会において、横断的研究および縦断的研究の両手法を適切に用いて筋骨格系の痛みへの対処行動の実態とその特徴、痛みへの対処行動が各種の生活機能へ及ぼす影響を明らかにした本論文は、博士論文として十分な水準にあるものと、主査および副査全員が合格と判定した。