

修士論文(要旨)

2014年1月

痛みに拮抗する心理状態の研究
—新たな介入法「積極的タッチ法」の提唱に向けて—

指導 山口 創先生

心理学研究科
健康心理学専攻
212J4052
能條 麻美

痛みに拮抗する心理状態の研究

—新たな介入法「積極的タッチ法」の提唱に向けて—

目次

序論	1
方法	1
結果と考察	1
引用文献	

序 論

現在、痛みの治療において心理的成分が重要視されているが、痛みに拮抗する心理状態を検討した先行研究は見当たらない。本研究では老若男女がいつでも手軽に行える手法を用いて、臨床痛(東山・宮岡・谷川・佐藤, 2009)の痛みを緩和する「積極的タッチ法」の提言に向けた研究を行う。積極的タッチ法とは「日常的に身体の痛みを有す者や痛みを感じているときに、その人が直感で選んだ好みの布へ手の平で積極的に触ること」と定義する。

また、国際疼痛学会(1986)の定義に忠実に沿い、本研究では痛みを感覚成分と心理成分を包括的に「痛みの治療」と捉えることを目的に「痛み変数」を設定する。感覚面は「痛みの強度」「継続時間」で評価し、心理的側面は痛みが生じている際の思考の「占拠度」、体が痛いときの心理状態である「二次元気分尺度(坂入・征矢・木塚, 2003)」, 痛みを感じているときの認知的・行動的対処法略と、痛みへの自己効力感を測定する日本語版 CSQ(大竹・島井, 2002)で評価する。

方 法

参加者は医療機関で痛みに対して何らかの治療を行っている臨床痛保有者を対象とした。都内麻酔科ペインクリニック内科に通う外来患者男性 4 名, 女性 4 名の計 8 名(平均年齢 62.75 歳, SD = 18.17)と, M 市の接骨院に通う患者男性 3 名と女性 4 名の計 7 名(平均年齢 53 歳, SD=14.90)合計 15 名であった。尚, 本研究は痛みを保持する人に共通する諸概念を明らかにすることが目的であるので疾患や罹患期間, 部位, 年齢, 性別は問わなかった。実験は 2013 年 12 月に個別に実施した。

臨床痛保有者に肯定的な印象を与える布であるフェイクファー, マイクロボアの 2 種類の布(能條, 2012)から好みの布を直感的に選ばせ手の平で 30 秒触らせた後, ベースラインと積極的タッチ法介入時での痛み変数の比較検討を行った。実験刺激は 30×20cm の大きさで揃え, 色彩が触覚に影響する(田中・鋤柄, 2010)ことから彩度の似た白色を用意した。

質問紙は無記名で行い, 書面と口頭で個人情報的一切は漏洩せず, 医療機関での治療とは無関係であり参加は任意であることを告げた。併せて, 医療機関の院長には万一緊急を要す際に処置を行うよう事前に書面と口頭で申し出た。

結 果 と 考 察

参加者の年齢と主訴は Table.1 と 2 の通りであった。斎藤(2005)の脊椎は最も痛みが出現する部位であるという指摘を支持する結果となった。

積極的タッチ法で痛み変数に差が認められるかどうか 2 要因(性別)2 水準(ベースライン, 介入時)の混合計画の分散分析を行った結果, 痛みの強度で性別による主効果に有意傾向が認められた($F(1,13)=3.39, p<.10$)。介入の主効果では有意差が確認された($F(1,13)=20.45, p<.001$, Figure.1)。

また, 痛みの感覚と心理的成分の割合を示す占拠度では男女共に, 積極的タッチ法により意識が痛みから外れたことが示された(Figure.2)。

痛み耐性中の二次元気分尺度では活性度(Figure.3), 安定度(Figure.4), 快適度(Figure.5)は有意に上昇した。また CSQ, 好みの布に触ることで男女共に「もうだめだ」と思う破滅思考の値が有意に減少し

た($F(1,13)=11.05$, $p<.01$, Figure.6)。そして「自分でこの痛みをどの程度コントロールできるか」のコントロール感が男女共に有意に増加した($F(1,13)=4.92$, $p<.05$, Figure.7)。

これは、布に触ることで痛みの感覚成分と心理成分の両方が改善し、穏やかで快適な落ち着きがある心理状態だと「痛みがあるからもうだめだ」と悲劇的な思考が低下すると同時に「この痛みは自分でコントロールできる」といった痛みへの効力感が積極的タッチ法により上昇することが明らかとなった。

本研究は、これまで検討されてきた痛みの心理成分において新しい捉え方を示すものであり、長期的な臨床痛がある人でも、好みの布に触ることで痛み変数がポジティブに改善する積極的タッチ法の、臨床場面への提言に向けた有意義な結果となった。

Table.1 男女別の年齢の結果

年齢	男性	女性
20 歳代	0	1
30 歳代	0	2
40 歳代	1	0
50 歳代	1	2
60 歳代	0	3
70 歳代	4	0
80 歳代	1	0
計	7	8

Table.2 参加者の診断名と主訴

部位	診断名	主訴	人数
頭部	三叉神経痛	右眼周囲	1
		舌	1
頸部	頸肩腕症候群	両肩	1
	頸椎症性神経根症	左肩周囲	1
腰部	腰痛症	腰部全体	2
	腰椎椎間板ヘルニア	腰部全体	1
		右腰部	1
	腰部脊椎間狭窄症	腰部全体	1
	慢性関節リウマチ	腰部全体	1
	職業性腰痛症	左腰部	1
坐骨神経痛	左腰から左下腿	1	
上肢	複合性局所疼痛症候群	右腕全体	1
下肢	半月板損傷	両膝	1
	なし	右股関節	1
	計		15

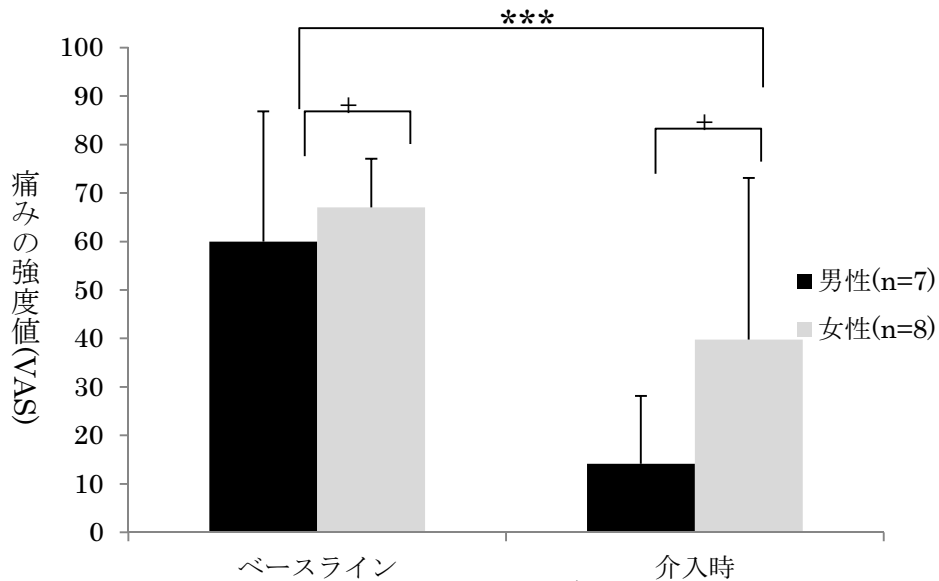


Figure. 1 男女別の痛みの強度VASの介入前後の結果 (**+p<.001, +p<.10)

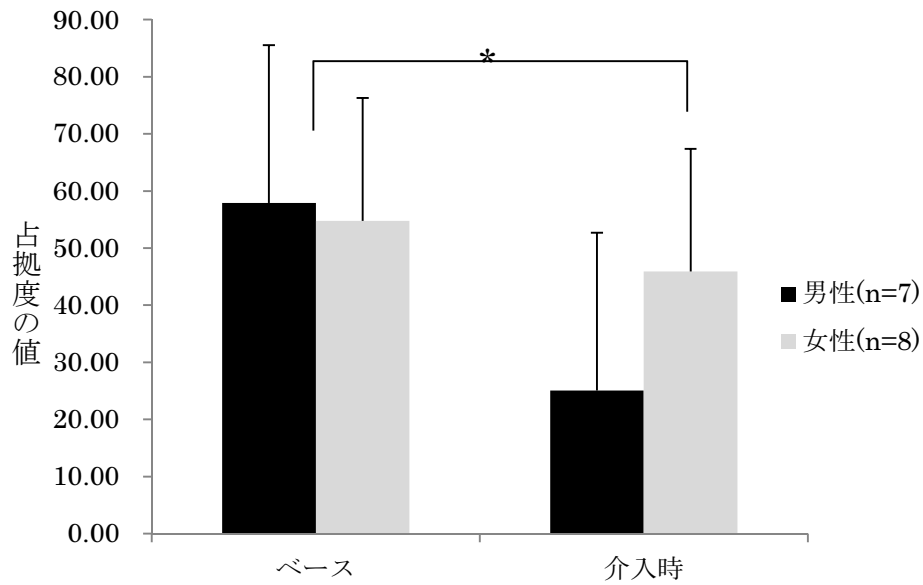


Figure. 2 男女別「占拠度」の介入前後の平均値とSD (*p<.05)

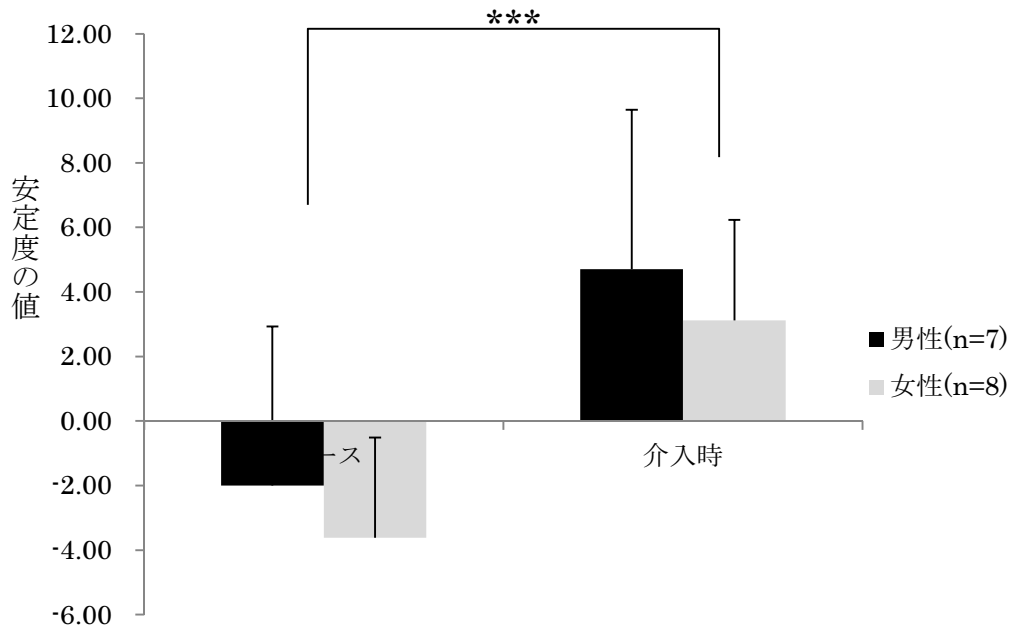


Figure. 3 男女別「安定度」の介入前後における平均値とSD (***) $p < .001$

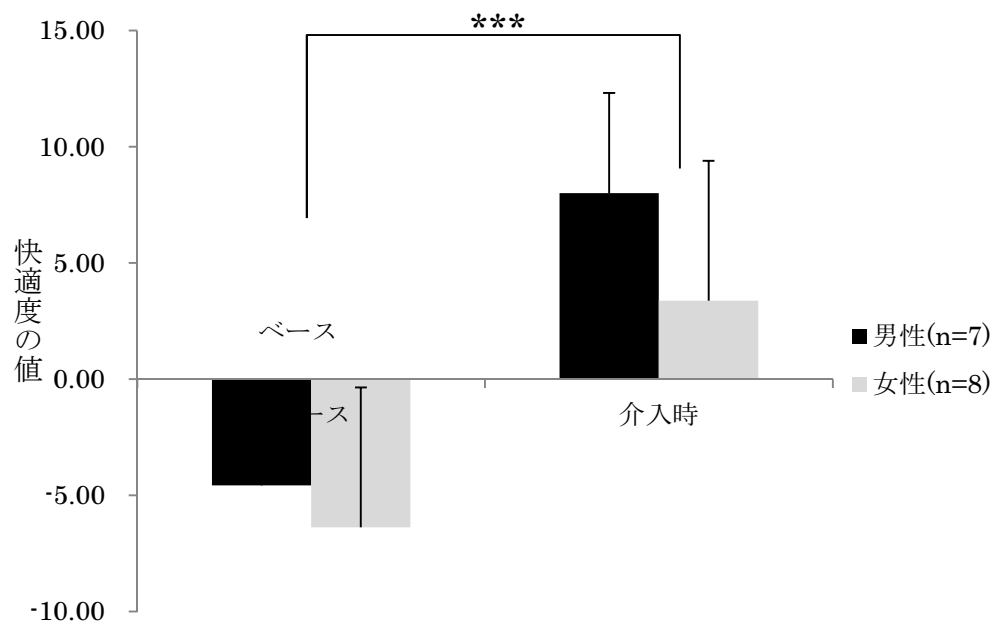


Figure. 4 男女別「快適度」の平均値とSD (***) $p < .001$

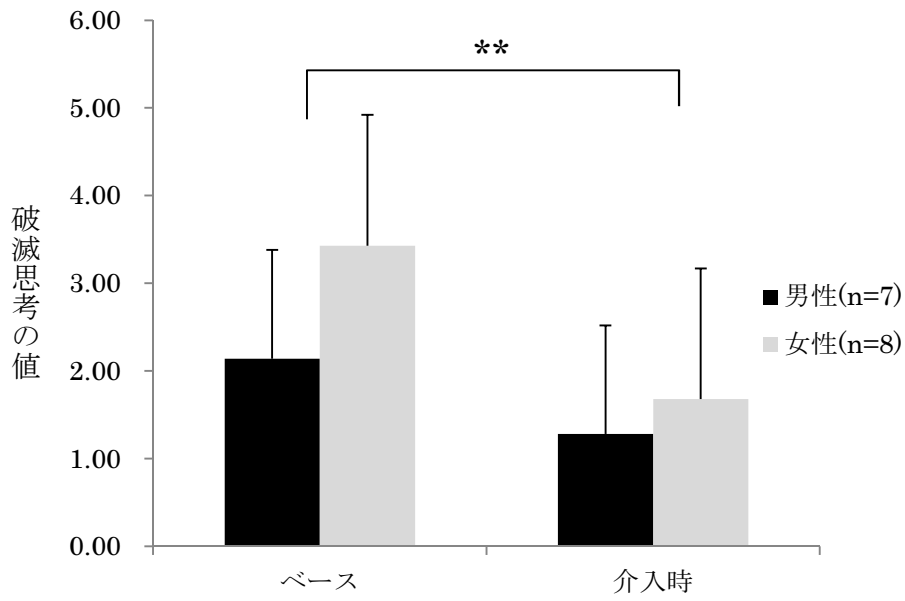


Figure. 5 男女別「破滅思考」の平均値とSD (**p<.01)

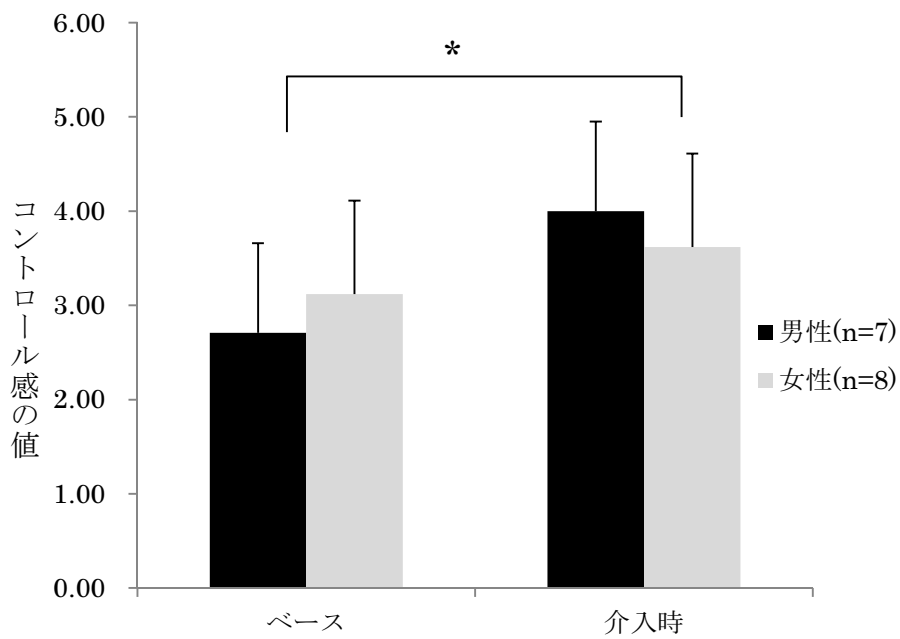


Figure. 6 男女別「コントロール感」の平均値とSD(*p<.05)

引用文献

- 東山篤規・宮岡徹・谷口俊治・佐藤愛子（2009）触覚と痛み 榎おうふう
- 国際疼痛学会 International Association for the Pain Classification of chronic pain（1986）
descriptions of chronic pain syndromes and definitions of pain term Pain(Suppl3) :
S1-S226
- 能條麻美（2012）布に触ることが痛みの緩和に及ぼす影響—コールドプレッシャ法を用いた実験—
2011年度桜美林大学リベラルアーツ学群 優秀卒業論文集 257-284
- 大竹恵子・島井哲志（2002）痛み経験とその対処方略 女性学批評 16 143-157
- 斎藤昭彦（2005）骨関節系理学療法のリスク 理学療法科学 20 1 85-90
- 坂入洋右・征矢英昭・木塚朝博（2003）心理的覚醒度・快適度を測定する二次元気分尺度の開発 筑
波大学体育科学系紀要 26 27-36
- 田中由佳理・鋤柄佐干子（2010）布のしっとり感評価に及ぼす視覚と触覚の影響 繊維学会誌(報文)
66 1 55-62