【特別研究】

（1）統合失調症患者における認知行動療法を取り入れた生活改善プログラムの介入研究

栄養学科　熊谷貴子

背景

●統合失調症患者の体重増加や肥満が、生活習慣病を併発する可能性があり問題視されている。
●統合失調症患者を対象とした、認知行動療法を基盤とした生活習慣改善プログラムの効果についてエビデンスが乏しい。

目的

●統合失調症患者の肥満の原因を把握し、認知行動療法を取り入れた生活習慣改善プログラムの効果について検証する。

研究内容・方法

統合失調症患者に対して、全8回の栄養・運動管理プログラムを実施。
BMI25.0以下の普通グループと、BMI25.0以上の肥満グループを比較。

身体計測、食事調査、生活習慣アンケート、身体活動量および消費エネルギー量を測定し、介入前・中・終了時、終了後1か月で評価。

動機づけ
↓
＜栄養・運動管理プログラムの実施＞
・目標体重を知る
・食事の記録と自己評価
・食品のエネルギーや選択方法
・運動の効果
・減量に効果的な運動
など、定期的に介入
↓
プログラム理解度テスト、復習

図1. プログラムの流れ

研究成果

BMI25.0以上の肥満グループは、BMI25.0以下の普通グループと比較し、
■栄養素等摂取量では、エネルギー、たんぱく質、炭水化物、コレステロールが多い傾向がみられた。食品群別摂取量では、肉類、卵類、嗜好飲料が多い。
■活動量は、総消費量が多い傾向がみられた。

統合失調症患者への認知行動療法を取り入れた食生活改善プログラムの介入は、食に対する意識の変化と身体活動量の増加が期待できる。