

(1) 精神障害者の身体的不健康の改善に向けた行動変容プログラムの効果に関する研究

背景

- 統合失調症の人は、肥満の有病率が高いことが報告されている。
- 日本では、統合失調症患者を対象にコントロール群を設定し多施設で行われた体重減少のための介入研究は少ない。

目的

統合失調症の人を対象に体重減少を目的とした生活習慣プログラム (SOLUTIONS for WELLNESS; Sfw) を実施し効果を明らかにする。

研究内容・方法

日本イーライリリー社発行の食事&運動ガイドブックを用いた生活習慣プログラム(8回1セット)を実施し体重減少の効果を明らかにする。



- 対象は統合失調症を有するBMIが22以上の人を対象とした。
- 青森県内の5施設の病院、社会復帰施設を対象とした。

研究成果



- 生活習慣プログラムに参加した男性はベースライン時に比べて6ヶ月後の体重、BMI、体脂肪率が有意に減少した。コントロール群の男性は、ベースライン時と比較して有意に体重、BMIの増加がみられた。
- 一方、女性は統計学的に有意な変化はみられなかった。

Table 1. ベースライン時と3ヶ月および6ヶ月後の体重の変化

	Baseline Mean(SD)	3ヶ月後 Mean(SD)	P	6ヶ月後 Mean(SD)	P
介入群 男性 (n=16)					
体重	80.6 (3.9)	79.9 (3.5)	0.27	79.1 (3.2)	0.049*
BMI	28.7(3.9)	28.5(4.4)	0.196	28.1(4.0)	0.027*
体脂肪率	27.7(4.9)	27.3(5.2)	0.262	26.9(4.7)	0.02*
介入群 女性 (n=19)					
体重	67.9(2.2)	68.5 (2.5)	0.5	68.3 (2.5)	0.686
BMI	28.3(3.8)	28.8(4.9)	0.328	28.5(4.5)	0.681
体脂肪率	40.1(4.7)	40.2(6.5)	0.876	39.2(6.1)	0.223
コントロール群 男性 (n=26)					
体重	75.1(2.5)	76.2 (2.6)	0.01*	76.3 (2.5)	0.022*
BMI	26.8(3.7)	27.2(3.9)	0.014*	27.2(3.8)	0.052 [†]
体脂肪率	26.2(5.8)	26.2(6.5)	0.882	29.6(14.6)	0.164
コントロール群 女性 (n=11)					
体重	73.7(5.0)	73.3 (5.3)	0.633	74.2 (5.3)	0.73
BMI	30.3(5.6)	29.8(6.0)	0.551	30.2(6.1)	0.746
体脂肪率	42.8(7.2)	41.5(7.2)	0.214	41.1(7.8)	0.231
* $p < 0.05$, [†] $p < 0.10$	BMI: Body Mass Index				

Sfwの効果に関する研究では、これまで1施設のみや対象数が20名程度であるなど研究の限界があった。本研究では、先行研究より多くの施設と対象者およびコントロールを設定して調査を行い、体重減少効果を認められた。