

修士学位論文要旨

(通信制) 保健科学研究科

学生番号 M971313

氏名 吉田一平

高齢者の挑戦水準・能力水準バランスを調整した作業療法が QOL に与える効果 -フローモデルを基にした研究-

背景と目的

老年期作業療法の役割として、高齢者自身が望んでいる生活を支えていくことが求められているが、高齢者とセラピスト間にて作業療法目標の共通認識を得る事は難しい。また、高齢者は健康状態の悪化や社会的役割の喪失などによって活動意欲の低下を招きやすいとされる。よって、作業の意味をクライアントとセラピストが共有しやすい形で把握し、肯定的な心理状態を考慮した支援を行うことが必要である。

活動に対する心理状態を捉えた概念の一つとして「フロー」が挙げられる (Csikszentmihaly, 1975)。「フロー」とは、生活に意味付けと楽しさを与える深い没頭体験を指し、フローの主要な構成要素として、「挑戦水準」と「能力水準」のバランスが高いレベルで釣り合っている状態が報告されている。

本研究の目的は、課題に対するクライアントの「挑戦水準」と「能力水準」のバランスを調整した老年期作業療法が QOL に与える効果について検証することとした。

対象と方法

予備的研究として、デイケア利用高齢者の課題に対する心理状態をフローモデルに基づき調査した結果、作業療法で支援する作業に関する課題であっても、様々な経験領域を認めた。更に、フロー状態と健康関連QOLに関連性を認め、フロー状態に導く作業の遂行は、健康関連QOLを高めやすいことが示唆された。

これらの知見を基に、本研究として、課題における「挑戦水準」と「能力水準」のバランスを調整した作業療法の効果をランダム化比較試験（単盲検）にて検証した。対象は当デイケア利用者のうち63名とし、作業療法の目標設定が困難な者は対象から除外した。対象者を「挑戦水準」と「能力水準」のバランスを調整した作業療法を行う実験群と、一般的な作業療法を提供する統制群の 2 群に割り付けた。介入者は、老年期作業療法の経験ある作業療法士2名とし、実験群では、目標達成に向けた作業課題の挑戦水準（課題の難しさ）、能力水準（課題に対する自身の能力）を評価し、対象者の意味付けとセラピストの評価を基に、挑戦水準と能力水準のバランスを調整した作業課題を実施した。

介入プログラムは1回20分の作業療法10回とし、アウトカム評価はベースライン期と介入終了時の2期とした。本研究における主要アウトカムは健康関連QOL (EQ5D, SF-8) とし、副次的アウトカムはVAS式生活満足度 (LS VAS) と作業課題版Flow尺度、カナダ式作業遂行測定 (COPM) とし、2期の変化量を主効果とした。

主効果の検定には主に共分散分析 (ANCOVA) を用い、Bootstrap法にて処理した。有意水準は5%とし、効果量 (d) を算出した。分析はITT解析を実施。EQ5D-5Lの0.05ポイント改善を臨床改善の指標としてNNTを算出した。解析には、SPSS ver. 22.0を用いた。本研究は、吉備国際大学倫理審査委員会の承認を得て実施した (承認番号13-16)。

結果

解析対象者は56名であった。ベースライン期における各アウトカム値は、実験群と統制群において全ての項目で有意差を認めなかった。2群の各アウトカム変化量を比較した結果、EQ5D ($p=0.022$), SF-8の全体的健康感 ($p=0.001$), 身体機能 ($p=0.045$), 活力 ($p=0.044$), LS VAS ($p=0.045$), 作業課題版Flow尺度 ($p=0.008$) にて有意差を認めた。効果量 (d) は、EQ5Dにおいて0.76 (95%CI : 0.21-1.31), SF-8において、全体的健康感にて0.99 (95%CI : 0.42-1.55), 身体機能にて0.56 (95%CI : 0.02-1.10), 活力にて0.59 (95%CI : 0.04-1.13), LS VASでは0.52 (95% CI : 0.02-1.06), 作業課題版Flow尺度では0.82 (95% CI : 0.27-1.37) であった。COPMは、実験群にて高い改善傾向を示したものの、有意差は認めなかった。また、NNTは4.82 (95%CI, -21.74 - 3.06) であり、有意な結果は得られなかった。

考察

本研究の結果、挑戦水準と能力水準のバランスを調整した実験群は、統制群に比べて健康関連QOLの改善を認めた。挑戦水準と能力水準のバランスをクライアントの主観的評価として用いる事は、クライアント中心の作業療法を遂行する上で、認識の共有を促進し、作業療法の効果を高める有効な方法の1つと考える。また、実験群にて作業課題版Flow尺度の改善を認めた事から、挑戦水準と能力水準のバランスを調整した作業療法が、フローの構成要素を満たしやすいことが確認された。高齢者では、加齢や疾病に伴い生活機能の低下が生じやすく、作業療法にて予測した目標が達成されない可能性が多く存在する。そこで、挑戦水準と能力水準のバランスを調整することは、その時できる作業遂行に焦点を当てることに繋がりやすいと考える。

以上のことから、挑戦水準と能力水準のバランスを評価・調整した作業療法は、クライアントとセラピスト間の認識を共有するための一助となるとともに、健康関連QOLや作業に対する主観的評価を高めるための根拠ある実践方法として有用な手段であるといえる。