

長寿医療研究開発費 平成24年度 総括研究報告

地域主体の家族介護者支援システムの構築に向けて（24-23）

主任研究者 齋藤 民 国立長寿医療研究センター 老年社会科学研究部（室長）

研究要旨

高齢者を介護する家族への支援は、在宅介護継続や公衆衛生学観点から重要と考えられる。しかし日本では、科学的根拠に基づく介護者支援のあり方が確立しているとはいえない。そこで将来的に介護者支援を広く展開するための資料を得ることを目的とし、平成24年度は、1) 介護者支援の有効性に関するシステマティックレビュー論文の知見を整理し、2) 科学的根拠に基づくプログラムの地域での展開例について文献調査した。その結果、1) 家族介護者に対する教育・サポート・行動マネジメントなど複数の要素を合わせた介入や、患者本人と家族の双方への介入では、患者や介護者の生活の質および施設入所の抑制に効果が高いことが明らかになった一方、いくつかの研究課題もみられた。2) 米国における2つのプログラムを文献調査したところ、いずれも地域や家庭環境、受講方法が異なっても対応できるようにプログラミングされた内容であること、また介護者のストレス軽減や介護技術の向上への効果が示されていた。今後は日本の実情に合わせた科学的根拠に基づく支援プログラムの応用と展開が期待される。

主任研究者

齋藤 民 国立長寿医療研究センター老年社会科学研究部 室長

分担研究者

鈴木 隆雄 国立長寿医療研究センター老年社会科学研究部 部長

鄭 丞媛 国立長寿医療研究センター老年社会科学研究部 流動研究員

鈴木 佳代 日本福祉大学健康社会研究センター 主任研究員

研究協力者

井上 祐介 韓国延世大学校 医療福祉研究所 専門研究員

A. 研究目的

在宅で生活継続することは大多数の高齢者の願いであり、介護保険制度の理念である。先行研究から、在宅介護を推進するうえでは、高齢者本人の要因のみならず介護者の健康維持や負担感軽減が重要であることが指摘されている。在宅の介護者は推計で数百万人いると考えられるが、家族介護者の介護負担感や健康悪化は深刻といわれる。彼らの健康維持は在宅ケアの推進とともに地域住民の健康づくりという公衆衛生的観点でも非常に重要と考えられる。しかし先行研究では、現行の介護保険制度下で実施されるレスパイトケアやケアマネジメントは介護者の介護負担感軽減や健康維持につながらないという指摘もある。また我が国では地域や医療機関において介護者への支援が行われているものの、支援内容やその評価方法について確立されているとはいえない。介護者の健康増進と負担感軽減を図るためには、科学的根拠に基づいた有効な支援のあり方を検討し、広く展開することが求められる。

これまで、欧米諸国を中心として家族介護者を対象とした支援プログラム研究は数多くみられ、ランダム化比較試験 (randomized controlled trial: RCT) 等を用いた研究も多くみられる。ただし個々の知見については、一般化可能性に限界があるという課題もある。そこで、介護者支援の有効性に関する RCT 研究の知見を統合したシステマティックレビュー論文を収集し知見を整理することが、今後の介護者支援のあり方を検討するうえで有用と考えられる。本研究では、平成 24 年度の研究活動として、1) 認知症患者と家族を例とし、システマティックレビュー論文の知見を整理すること、2) 科学的根拠に基づくプログラムの地域での展開例の詳細を把握することを目的とした。なお、介護者の支援ニーズを把握するための大規模疫学調査については、調査対象地域の都合により、平成 25 年度の実施に見送られたため、以下では割愛する (分担報告書 3. 参照)。

B. 研究方法

1. 家族介護者への介入評価研究のレビュー

「認知症患者を介護する介護者を対象とした非薬理療法に関する介入研究についてのシステマティックレビュー論文、およびそれらの介入研究を対象に含んだシステマティックレビュー論文」のうち、「在宅介護のみ、もしくは在宅介護をレビュー対象に含めた研究」で、かつ「インフォーマルな介護者、もしくはインフォーマルな介護者を含む研究」に関する英文論文を対象とした。したがって、例えば介護者の健康や生活の質への効果を検討している場合であっても、介入が認知症患者本人のみを対象としている研究や、薬理療法に関する研究、また介護により報酬を得ている職業的介護者のみを対象とした研究については除外した。またレスパイトケア、ケアマネジメントのみを対象とした研究については除外した。

2. 米国における介護者支援プログラムの現況

我が国における事例を見つけることが困難であったため、米国における Savvy Caregiver Program (SCP) および Resource for Enhancing Alzheimer's Caregiver Health (REACH) プログラム を対象に、開発背景や展開について文献調査を行った。

(倫理面への配慮)

本研究は、先行研究のレビューに基づいており、患者や家族個人を対象とはしていないため、これに該当しない。

C. 研究結果

1. 家族介護者への介入評価研究のレビュー

最終的に 28 本の英文文献についてレビューした。介入効果評価のアウトカム別にみると、介護者の生活の質、抑うつ度、介護負担感、自己効力感や対処スキルについてのレビューが 16 本と最も多く、その他、認知症患者の行動・心理症状 (Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia: BPSD) についての評価が 7 本、認知症患者の生活の質についての評価が 5 本、施設入所の抑制についての評価論文が 6 本みられた。一方、経済的効果に関するレビュー論文は 1 本のみであり、虐待予防や看取り支援に関する介入評価研究についてのシステマティックレビュー論文はみられなかった。介入内容については、介護者への教育やサポート、行動マネジメントなど複数の要素を取り入れたマルチコンポーネントな介入の効果が高く、患者と介護者の対 (dyad) に対する支援も比較的高い効果が得られていた。また、グループよりは個人を対象とする支援プログラムであること、個別ニーズに応じた柔軟性があること、介護者が積極的に参画できる内容であること、介護者が支援内容を選べること、といった条件において効果が高かった。その他、レビューした論文で引用されている研究のほとんどは欧米における知見であり、アジアでの知見やアジア系住民に関する知見を引用していた研究は少なく、支援への参加しやすさ (アドヒアランス) についてはほとんど評価されていなかった。

2. 米国における介護者支援プログラムの現況

1) Savvy Caregiver Program (SCP)

アルツハイマー患者の家族や介護専門職の介護レベルを高めることを目的としたプログラムであり、(a) 自分の状況について客観的に捉えられるようになること、(b) ストレス管理を行えるようになること、(c) 介護者が自分の役割を効果的に実行するのに必要な知識と技能と態度を獲得できるようになることの 3 点に重点が置かれている。SCP はもともと、ミネソタ大学において開発された心理教育的プログラムであり、その後、さまざまな環境において応用できるよう改訂がなされるとともに、DVD やトレーナーマニュアルなどの教材も開発されている。これらの教材を用いれば、職域や地域で開発者が直接関与しなくても実施が可能となっている。これまでに介護者のスキル、抑うつ状態、介護者から要介護

者へのサポート量の増加などの効果が報告されている。

2) Resource for Enhancing Alzheimer's Caregiver Health (REACH) プログラム

REACH は、アルツハイマー病の介護者の健康増進プログラムであり、1995年に作られた。アルツハイマー病と関連疾患患者の家族介護の質の向上を目指している。REACH は同時に 6 地域において、それぞれ独自性を持ちながらも、共通目標を掲げたプログラムとして開発された。介入内容として、(a) 情報とサポートの戦略、(b) 集団のサポートと家族システム療法、(c) 心理教育および技術をベースとしたトレーニング・アプローチ、(d) 家庭を中心とした環境への介入、(e) 高度な技術支援システムがそれぞれ用いられているが、各地域において標準化された提供方法となるよう、詳細なマニュアルと認証手続きのうえに実施されている。REACH プログラムの特色のひとつは、少数民族とその家族の介護経験が軽視されていることに鑑みて、特にアフリカ系およびヒスパニック系アメリカ人の介護者を対象とすることに力点が置かれている点である。そのため、評価と介入は、文化や地域による特性に合わせてカスタマイズされていた。REACH の効果評価については、これまで、介護者のストレスや抑うつ軽減、対処能力向上などの効果が報告されている。

D. 考察と結論

本研究から、在宅ケア推進や介護者・患者の生活の質に有効な介護者支援として、家族介護者に対する教育・サポート・行動マネジメントなど複数の要素を合わせた介入や、患者本人と家族の双方への介入の可能性が示唆された。一方、経済的効果に関する評価、アジア諸国における知見評価、支援への参加しやすさ（アドヒアランス）の評価、虐待防止プログラムや看取り支援の効果に関する評価についての論文はほとんどみられなかった。今後は、これらの課題についての評価を行うとともに、脳卒中など高齢期に多い他の疾患についても精査することが重要と考えられる。科学的根拠に基づく介護者支援プログラムの地域への展開例として、米国における SCP と REACH という 2 つの異なるプログラムについて文献調査を行ったところ、いずれも地域や家庭環境、受講方法が異なっても対応できるようにプログラミングされた内容であること、また介護者のストレス軽減や介護技術の向上への効果が示されていた。以上の知見を活用しつつ、今後は日本の実情に合わせた科学的根拠に基づく支援プログラムの応用と展開が期待される。

引用文献

II. 分担報告書 1. 2. を参照のこと

E. 健康危険情報

なし

F. 研究発表

1. 論文

齋藤 民

- 1) Saito T, Kai I., and Takizawa A.. Effects of a program to prevent social isolation on loneliness, depression, and subjective well-being of older adults: a randomized trial among older migrants in Japan. Archives of Gerontology and Geriatrics, 55: 539-547, 2012.
- 2) Wakui T, Saito T, Agree EM, and Kai I. Effects of home, outside leisure, social, and peer activity on psychological health among Japanese family caregivers. Aging & Mental Health, 16(4): 500-506, 2012.
- 3) 森岡 (寺澤) 典子, 齋藤 民, 甲斐一郎. 介護予防 2 次予防事業としての市町村の転倒・骨折予防事業に対する評価の実態に関する全国調査. 厚生 の 指 標, 59(11): 9-14, 2012.

2. 学会発表

齋藤 民

- 1) Wakui T, Saito T, Agree EM, Kai I. Effects of community care resource environments on caregiving burden in Japan. Conference paper 65th Annual Scientific Meeting, Gerontological Society of America. San Diego, USA. Nov. 14- 18, 2012. Poster Presentation.

鄭 丞媛

- 1) 鄭丞媛, 鈴木佳代, 近藤克則, 加藤清人: 認知症になりやすい地域はあるのか: JAGES プロジェクト. 第 23 回日本疫学会学術総会, 2013.1.25, 大阪
- 2) 鄭丞媛, 近藤克則, 鈴木佳代, 加藤清人: 地域高齢者における IADL 能力の地域差に関する考察: JAGES プロジェクト. 2012 年度韓国老年学会, 2012.11.30, 大邱, 韓国

G. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし