

心理的ストレスと自殺リスクとの関連：大崎市民コホート 2006 研究

Psychological distress and completed suicide in Japan: A comparison of the impact of moderate and severe psychological distress

2018 年 Preventive Medicine 発表

自殺リスクに対する集団寄与危険割合は、重度の心理的ストレスよりも中等度の方が高い

これまでの研究では、うつなどの重度の心理的ストレスと自殺リスクとの関連は報告されていましたが、中等度の心理的ストレスの影響についての検討は不十分でした。また、自殺リスクに対する中等度・重度の心理的ストレスの集団寄与危険割合（その集団の自殺発生のうち、何パーセントが心理的ストレスによるか）を検証した研究はありませんでした。

本研究では、心理的ストレスが軽度の者を基準としたとき、自殺リスクは中等度の者（K 6 得点：5－12 点）で 2.37 倍、重度の者（K 6 得点：13－24 点）で 4.16 倍高いことが明らかとなりました（図 1）。また、自殺リスクに対する集団寄与危険割合は心理的ストレス・中等度で 26.8%、重度で 10.9%と、重度よりも中等度の心理的ストレスの集団寄与危険割合が高いことが明らかとなりました（図 2）。自殺予防対策として、重度の心理的ストレスに焦点を当てたハイリスクアプローチに加えて、社会全体に対するポピュレーションアプローチの必要性が示唆されました。

研究のデータについて

本研究は、2006 年 12 月に実施した大崎市市民健康調査のデータを用いて分析を行いました。大崎市市民健康調査では、調査開始時点で 40 歳以上であった住民 78,101 名を対象に自記式質問紙調査を実施し、49,603 名から有効回答を得ました。本研究ではこのうち、追跡開始前に死亡・研究対象地域外に転居した者、心理的ストレスのデータに欠損があった者を除いた 43,473 名について分析を行いました。追跡期間は約 7 年間で、自殺者数は 84 名でした。

心理的ストレス（K 6）について

心理的ストレスは K6 で調査しました。K6 は「神経過敏に感じましたか」、「絶望的だと感じましたか」、「そろそろ、落ち着かなく感じましたか」、「気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」、「何をするのも骨折りだと感じましたか」、「自分は価値のない人間だと感じましたか」の 6 項目の質問で構成され、「全くない（0 点）」・「少しだけ（1 点）」・「ときどき（2 点）」・「たいてい（3 点）」・「いつも（4 点）」を選択するものです（得点範囲：0－24 点）。心理的ストレスの程度は、先行研究をもとに、心理的ストレス・軽度「0－4 点」、中等度「5－12 点」、重度「13－24 点」と定義しました。

他のリスク要因の影響について

この研究では、心理的ストレスと自殺死亡の両者に関連する要因の影響を考慮して結果を算出しています。具体的には、調査開始時点での年齢、性別、既往歴（脳卒中、心筋梗塞、がん）、喫煙習慣、飲酒習慣、歩行時間、教育歴について、多変量解析による調整を行いました。

図1 心理的ストレスと自殺リスク

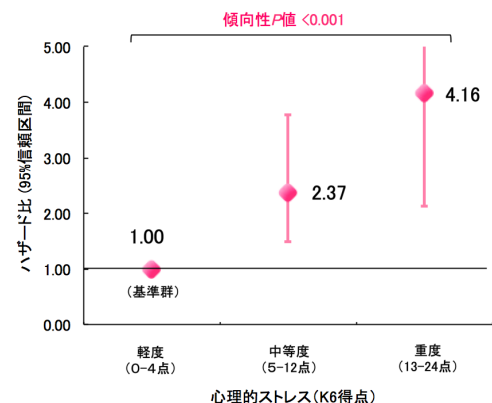
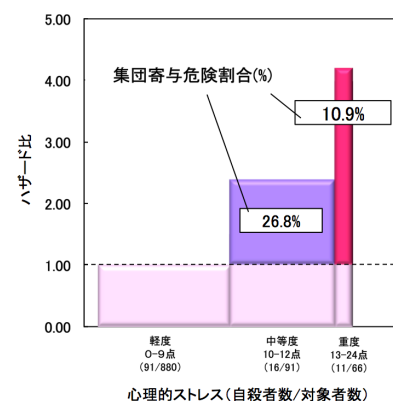


図2 自殺リスクに対する心理的ストレスの集団寄与危険割合



研究の特徴と限界について

本研究の長所として、本研究は自殺リスクに対する中等度・重度の心理的ストレスの集団寄与危険割合を検証した最初の研究であることが挙げられます。

一方、本研究の限界として以下のことが挙げられます。第1に、残余交絡の可能性のあることです（婚姻状況や経済状況など）。第2に、本研究では40歳以上の成人を対象としているため、青少年や若年成人に本研究の結果を当てはめることは難しい点などが挙げられます。
