

アルコール関連健康障害の保健指導と介入に関する研究
—生活習慣病のリスクを上げる飲酒者に対する効果的な介入—

研究分担者 樋口 進 独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター・院長

研究要旨

第二次健康日本21の飲酒分野における目標は、1)生活習慣病のリスクを上げる飲酒者をベースライン値より15%低下させる、2)未成年者の飲酒をゼロにする、3)妊婦の飲酒をゼロにするの3項目である。このうち、わが国成人に広く関係するのは、生活習慣病のリスクを上げる飲酒の低減である。この目標を達成するための対策として、保健・医療分野では、簡易介入(brief intervention, BI)の広範な施行が重要視されている。簡易介入は、飲酒量低減を目的にした短時間のカウンセリングである。施行に要する時間やコストが低いために、個別介入手法であるが、集団としてもアルコール関連問題の低減に貢献しうることが示されている。

2年目の今年度は、人材育成を主眼に置き、上記簡易介入の1日研修を、平成26年8月8日、および平成26年11月21日の2回実施した。1回目の研修には医師8名を含む43名が受講した。2回目の研修には、医師5名を含む21名が受講した。今年度の研修では、昨年度と異なり、他の研究班で作成した簡易介入の新しいツールを使用した。また、研修参加者からのフィードバックも資料としてまとめた。

研究協力者

尾崎 米厚 鳥取大学医学部環境予防医学分野
神田 秀幸 島根大学医学部環境保健医学講座
横山 顕 国立病院機構久里浜医療センター
真栄里 仁 国立病院機構久里浜医療センター
伊藤 満 国立病院機構久里浜医療センター
岩本亜希子 国立病院機構久里浜医療センター

飲酒量が純アルコールで40グラム以上の飲酒であり、女性においては20グラム以上の飲酒である。

この目標を達成するための対策として、保健・医療分野では、簡易介入(brief intervention, BI)の広範な施行が重要視されている。諸外国における研究でもその効果は確認されており¹⁻⁵⁾、また、アルコール関連問題に対する有効な対策をまとめた成書でも推奨されている⁶⁾。わが国でも、多量飲酒者を対象に、飲酒量低減をendpointにした無作為統制試験で、その効果が確認されている⁷⁾。さらに、世界保健機関(WHO)が提唱する「アルコールの有害な使用を低減するための世界戦略」の中でも、この手法の施行は各加盟国に勧告されている⁸⁾。表1に、簡易介入の概要をまとめた。

A. 研究目的

第二次健康日本21の飲酒分野における目標は、1)生活習慣病のリスクを上げる飲酒者をベースライン値より15%低下させる、2)未成年者の飲酒をゼロにする、3)妊婦の飲酒をゼロにするの3項目である。このうち、わが国成人に広く関係するのは、生活習慣病のリスクを上げる飲酒の低減である。生活習慣病のリスクを上げる飲酒とは、男性の場合、1日の平均

表1 簡易介入の概要

- 1) 短時間の個別カウンセリングである。
- 2) 通常、1～数回のフォローアップカウンセリングを実施する。
- 3) 対象は多量飲酒者、依存症者は専門治療が必要である。
- 4) 治療の目標は、断酒ではなく減酒のことが多い。
- 5) 様々な一次保健・医療現場で実施できる。
- 6) 医師のみならずコメディカルスタッフも実施できる。
- 7) ワークブックなどの教材を使用すると効果的である。
- 8) 日記をつけることも強く推奨される。

以上を踏まえ、今年度は大量飲酒者の飲酒量低減を目的とした、医療従事者に対する研修会を2回実施した。

B. 研究方法

1. 簡易介入に関する研修会の開催

1) 研修の日時、対象者

今年度は平成26年8月8日(第1回研修会)と同年11月21日(第2回研修会)に、簡易介入に関する1日研修会を開催した。対象は、多量飲酒者の飲酒量低減に関わっている現場の担当者であった。久里浜医療センターのホームページに募集要項を掲載し、参加者を募集した。また、久里浜医療センターで実施した過去の研修参加者などにも呼びかけた。

2) 研修のプログラム

研修は1日で、2回とも同じ内容のプログラムで研修を実施した。

[講義]

- ①アルコール関連問題と簡易介入について
- ②アルコール関連問題の現状と減酒の効果
- ③飲酒と健康問題

[実習]

- ①簡易介入に必要なツールの説明
- ②簡易介入のデモンストレーション
- ③ペアを組んでの実習

④実際の対象者に対するグループワーク

⑤質疑応答

それぞれのプログラムの実施者や時間配分は添付資料1-a、1-bを参照いただきたい。

3) 研修に使用したツール

昨年度の研修には、樋口らが開発した「AUDIT」を利用したスクリーニングおよび簡易介入のツールを一部改編して使用した。AUDITは、Alcohol Use Disorders Identification Testの略で、WHOがスポンサーになり開発された10項目からなる自記式質問票である⁹⁾。今年度は2年前に別の厚労科研で杠岳文らが作成したAUDITを使用したツールより短縮されたツールを用いた。実際に使用したツールや、講義に使用したパワーポイントなどを集めた資料集を、それぞれ第1回研修会、第2回研修会用に作成したので資料として添付する。

C. 倫理に関する配慮

本研究では、特に倫理に関する配慮は必要としない。

D. 結果および考察

1. 研修の参加者等

8月8日の第1回研修会には、43名が参加した。職種の内訳は表2を参照いただきたい。11月21日の研修には21名の参加を得た。同第2回研修会には、21名の参加を得た。同じく職種等については表2を参照いただきたい。

表2 研修会参加者の内訳

職種	第1回	第2回
医師	8	5
看護師	15	3
保健師	5	2
栄養士	1	1
精神保健福祉士	9	7
臨床心理士	2	1
作業療法士	3	1
福祉職	0	1
合計	43	21

2. 研修の効果

研修が現場でどの程度役立っているか等に関する調査は今年度は実施しなかった。次年度は研修後に追跡調査を実施し、どの位この手法が実際に使われるか明らかにしたい。

3. 参加者のアンケート調査

参加者に対して、研修に関する簡単なアンケート調査を実施した。

1) 第1回研修会

① 各講義の評価

以下の4つのグラフは、各講義の受講生による評価である。総合評価からすると、「アルコール関連問題と簡易介入」、「簡易介入の実際」の評価が高かったようである。

② 感想

- ・樋口先生、横山先生の講義が秀逸であり、これだけでも来た甲斐があった。
- ・しかし、今回は実習が長過ぎ、特にペアを組んでの実習は無意味。
- ・むしろグループワークだけにすべきと思う。
- ・医療の現場で BI をどのように活用していくのか診療報酬へ（断酒と節酒者では、対応が違うように感じるの）
- ・一日長い時間でしたが、今後のアルコール患者の治療に役立てられるものが多くて参加してよかったです。

- ・実践を通して BI を行えた事はとても楽しかったし、記憶に残ると思います。
- ・とても良い勉強になりました。ありがとうございました。
- ・介入方法の受講者を特定保健指導に關与している人や、人間ドッグを実施している施設、保健センターに広げていけると、介入効果が高まると思いました。
- ・また、専門病院へのつなぎ方（リスト配布）もあると良かった。
- ・どの講義も非常に満足のいくものでした。ありがとうございました。

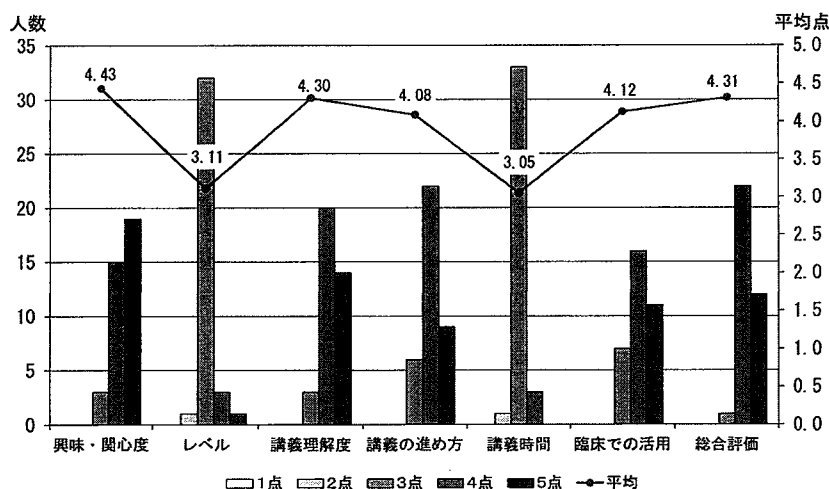
2) 第2回研修会

① 各講義の評価

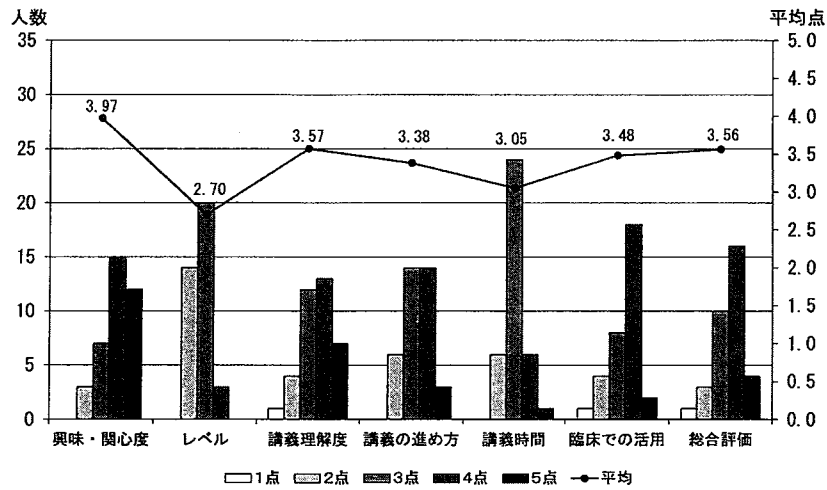
第1回研修会とほぼ同じ内容の講義を行った。受講生の評価からすると、第1回と同様に、「簡易介入の実際」および「アルコール関連問題と簡易介入」の評価が高かった。

② 感想

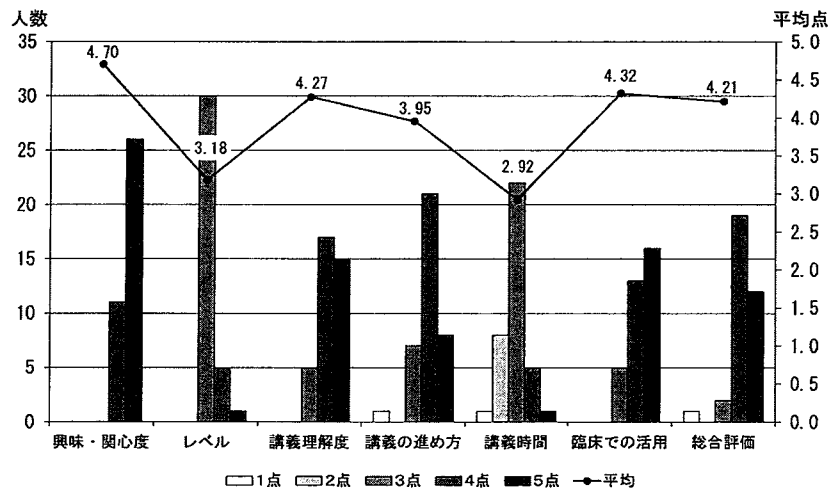
- ・アルコールが影響をもたらす病気等勉強できて興味深かったです。
- ・無料で実施していただき、非常に助かります。
- ・臨床の間では、プログラムだけでなく身体的にも統合してみていくことが多いのでとても勉強になりました。
- ・内科リスクがわかりやすく参考になった。
- ・どの講義も大変参考になりました。



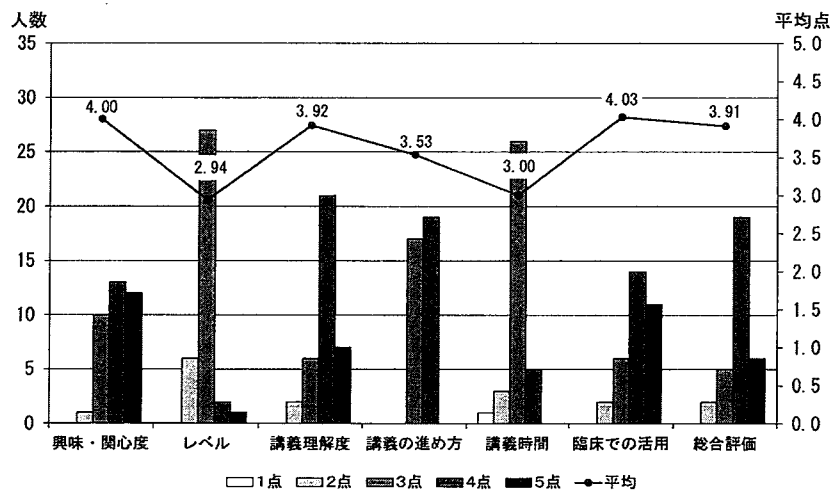
アルコール関連問題と簡易介入（樋口）



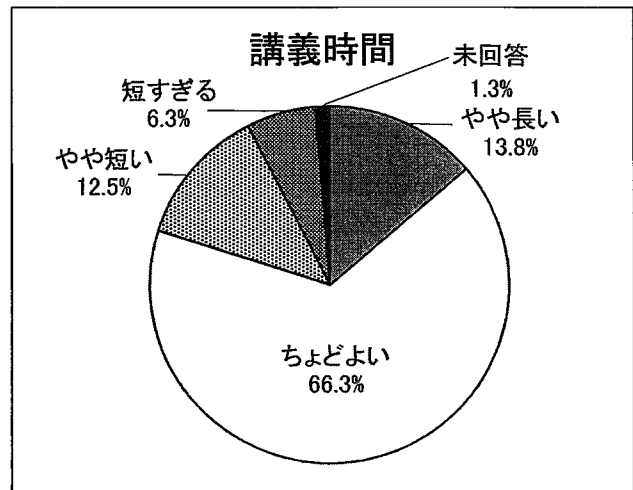
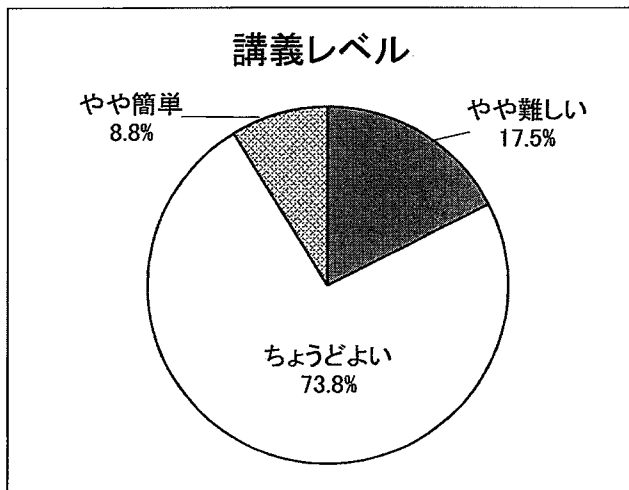
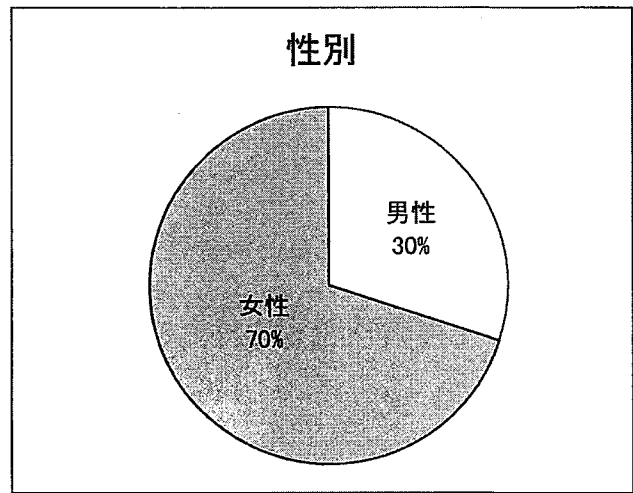
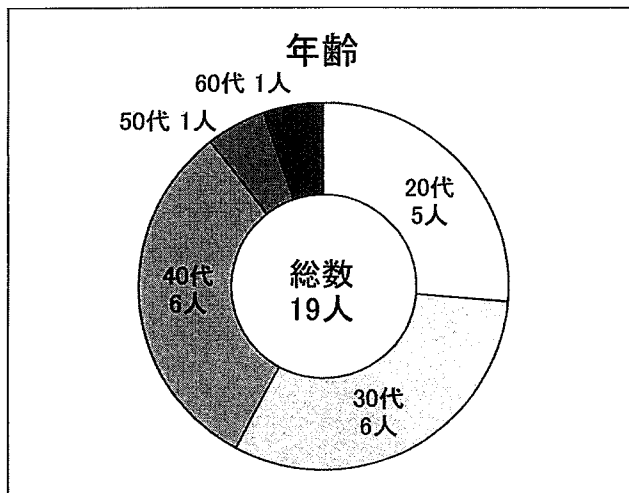
アルコール関連問題の現状と減酒の効果（尾崎）



簡易介入の実際



飲酒と健康問題（横山）



E. 参考文献

- 1) O' Donnell A, Anderson P, Newbury-Birch D et al. The impact of brief alcohol interventions in primary healthcare: a systematic review of reviews. Alcohol Alcohol 49: 66-78, 2014.
- 2) Yuma-Guerrero PJ, Lawson KA, Velasquez MM et al. Screening, brief intervention, and referral for alcohol use in adolescents: a systematic review. Pediatrics 130: 115-122, 2012.
- 3) Bewick BM, Trusler K, Barkham M et al. The effectiveness of web-based interventions designed to decrease alcohol consumption: a systematic review. Prev Med 47: 17-26, 2008.
- 4) Beich A, Thorsen T, Rollnick S. Screening in brief intervention trials targeting

- excessive drinkers in general practice: systematic review and meta-analysis. BMJ 327: 536-542, 2003.
- 5) Fleming MF, Mundt MP, French MT et al. Brief physician advice for problem drinkers: long-term efficacy and benefit-cost analysis. Alcohol Clin Exp Res 26: 36-43, 2002.
- 6) Babor T, Caetano R, Casswell S et al. Alcohol: No Ordinary Commodity, Research and Public Policy, Second Edition. Oxford University Press, Oxford, 2010.
- 7) Ito C, Yuzuriha T, Noda T et al. Brief intervention with heavy drinkers in work place: a randomized clinical trial in Japan. Alcohol Alcohol, submitted.
- 8) World Health Organization. Global Strategy to Reduce the Harmful Use of

Alcohol.

http://www.who.int/substance_abuse/alcstratenglishfinal.pdf (2015年1月アクセス).

- 9) Saunders JB, Aasland OG, Babor TF et al. Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): WHO Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption-II. *Addiction* 88: 791-804, 1993.
- 10) 樋口 進ほか. 厚生労働科学研究補助金「わが国における飲酒の実態把握およびアルコールに関連する生活習慣病とその対策に関する総合的研究」平成 22-24 年度総合報告書.

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1) 論文発表

なし

2) 学会発表

なし

H. 知的所有権の出願・取得状況

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

生活習慣病のリスクを上げる飲酒者に対する
効果的な介入に関する研修プログラム

1. 日時：平成 26 年 8 月 8 日（金曜日）9 時～18 時
2. 場所：久里浜医療センター研修棟
3. プログラム

8 時 30 分	：受付
9 時 00 分～9 時 10 分	：開会式
9 時 10 分～10 時 40 分	：アルコール関連問題と簡易介入について 樋口 進（久里浜医療センター）
10 時 50 分～11 時 50 分	：アルコール関連問題の現状と減酒の効果 尾崎 米厚（鳥取大学環境医学）
11 時 50 分～12 時 50 分	：昼食
12 時 50 分～16 時 40 分	：簡易介入の実際 樋口 進（久里浜医療センター） 伊藤 満（久里浜医療センター） 岩本亜希子（久里浜医療センター）
	・ 簡易介入に必要なツールの説明
	・ 簡易介入のデモンストレーション
	・ ペアを組んでの実習
	・ 実際の対象者に関するグループワーク
	・ 質疑応答
16 時 50 分～17 時 50 分	：飲酒と健康問題 横山 顕（久里浜医療センター）
17 時 50 分～18 時 00 分	：閉会式

研修修了者には、研究班からの研修修了証を交付する。

生活習慣病のリスクを上げる飲酒者に対する
効果的な介入に関する研修プログラム

4. 日時：平成 26 年 11 月 21 日（金曜日）9 時～18 時
5. 場所：久里浜医療センター研修棟
6. プログラム
 - 8 時 30 分 : 受付
 - 9 時 00 分～9 時 10 分 : 開会式
 - 9 時 10 分～10 時 40 分 : アルコール関連問題と簡易介入について
樋口 進（久里浜医療センター）
 - 10 時 50 分～11 時 50 分 : アルコール関連問題の現状と減酒の効果
神田 秀幸（島根大学環境保健医学）
 - 11 時 50 分～12 時 50 分 : 昼食
 - 12 時 50 分～16 時 40 分 : 簡易介入の実際
樋口 進（久里浜医療センター）
伊藤 満（久里浜医療センター）
岩本亜希子（久里浜医療センター）
 - ・ 簡易介入に必要なツールの説明
 - ・ 簡易介入のデモンストレーション
 - ・ ペアを組んでの実習
 - ・ 実際の対象者に関するグループワーク
 - ・ 質疑応答
 - 16 時 50 分～17 時 50 分 : 飲酒と健康問題
横山 顕（久里浜医療センター）
 - 17 時 50 分～18 時 00 分 : 閉会式