

資料

自殺予防に向けた作業療法に関する文献検討
Literature Review of Occupational Therapy for Suicide Prevention

小砂哲太郎¹⁾*, 水野 健²⁾, 奥原 孝幸³⁾

1) 久里浜医療センター

2) 昭和大学附属烏山病院

3) 神奈川県立保健福祉大学

Tetsutaro Kosago¹⁾, Takeru Mizuno²⁾, Takayuki Okuhara³⁾

1) Kurihama Medical and Addiction Center

2) Showa University Karasuyama Hospital

3) Kanagawa University of Human Services

抄 録

目的：国内における自殺と作業療法（以下、OT）に関する文献検索を行い、国内における自殺予防に向けたOTの現状把握と効果的な関わりについて考察することを目的とした。

方法：医学中央雑誌WEB版Ver.5を使用し、キーワードを「自殺」and「作業療法」とした。31件の文献が抽出されたうち、OTの自殺予防への関与を扱っている文献に絞り込みを行い、7文献を分析対象とし、マトリックスを作成した。

結果：文献は2010年以降が占めていた。調査/介入の対象については、自殺対策の3つのレベルで示すと、どの段階においてもOTが関わっていたが、特に危機介入の時期を対象とした文献が半数以上を占めていた。介入方法については、ICFを用いてまとめ、活動・参加のカテゴリにおいて、種々の作業活動の提供がなされた文献が半数以上を占めていた。また背景因子は個人因子に焦点を当てた介入が目立った。

考察：OTの自殺予防に向けた関わりにおいても、個人に対し意味ある作業の提供から自己肯定感の向上など、OTの特性が出ており、自殺対策にOTも寄与できることが確認された。今後に向けて、街づくりを含めた環境因子への関与の必要性が示唆された。

キーワード：自殺予防、作業療法、文献検討

Key words：Suicide Prevention, Occupational Therapy, Review

はじめに

令和元年度版の自殺対策白書¹⁾において、日本の自殺者数は20,840人と報告された。3万人が長く続

いていた時期から大きく数を減らしてきているが、近年減少の幅はゆるやかとなり、先進国の中で高い自殺率にあることは変わらない状況である。さらに若い世代の自殺は深刻な状況にあり、10～39歳の各年代の死因の第1位は自殺となっている。先進国では日本のみという状況であり、国として喫緊の課題であることには変わらない。2016年に自殺対策基本法の改正²⁾を受けて、2017年に新たな自殺総合対策大綱³⁾が公表された。新たな大綱では、自殺対策

著者連絡先：*小砂哲太郎
久里浜医療センター
E-mail：kosago.tetsutaro.dc@mail.hosp.go.jp
(受付 2019.9.18 / 受理 2020.1.4)

の基本理念として「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」ことが示され、「自殺対策は、社会における『生きることの阻害要因』を減らし、『生きることの促進因子』を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる」ことの重要性が強調されている³⁾。改正基本法²⁾では、すべての都道府県市町村が地域自殺対策計画を策定することとなった。

筆者は2017年より横須賀市の自殺対策計画策定委員として会議に出席し、市内の自殺対策に関連するさまざまな取り組みを知る機会を得た。その中で、作業療法 (Occupational Therapy: 以下、OT) の視点から「自殺予防」にどのように関与できるのか、改めて疑問を持つこととなった。

そこで、本報告は文献検索の結果から国内における自殺予防に関するOTの現状把握と効果的な関わりについて考察することを目的とした。なお、本報告における自殺予防に関するOTは自殺もしくは自殺予防という視点を持ち、OT介入やその取り組みがなされていることと定義した。

方法

1. 文献検索

医学中央雑誌WEB版Ver.5 (以下、医中誌) を使用し、キーワードを「自殺 (TH/AL)」and「作業療法 (TH/AL)」とした。絞込検索で「抄録あり」「会議録除く」とし、対象期間は自殺対策基本法の制定された2006年から2018年とした。検索日時は2018年12月27日21時であった。31件の文献が抽出されたうち、OTの自殺予防への関与を扱っている文献は7件で、それ以外の治療や他の職種により取り組みを扱った文献 (薬物治療1件、診断2件、カウンセリング1件、うつ病に関する解説1件、震災への考察1件、アンケート調査2件、抄録集3件、啓発活動1件、教育2件、ADL (Activity of Daily Living) 等の訓練4件、予後調査1件、歴史2件、就労支援1件、病棟看護2件) は、今回の分析対象から除外した。

2. 分析方法

分析方法として、「著者 (発行年)」「タイトル」「発

行誌」「頁数」「研究デザイン」「調査/介入対象」「介入方法」「効果」「自殺対策のレベル」を横軸に、各文献を縦軸にマトリックスを作成した。内容については、作業療法士としての関与、介入の方法、介入による効果について確認した。さらに、分析をまとめるにあたり、調査/介入の対象は自殺対策の3つのレベルであるプリベンション (prevention: 事前対応)、インターベンション (intervention: 危機介入)、ポストベンション (postvention: 事後対応) に分類した。

また同様に介入方法については、国際生活機能分類 (International Classification of Functioning Disability and Health: 以下、ICF) に基づき生活と機能障害である心身機能・身体構造 (以下心身機能・構造と略) (Body functions and structures) と活動 (Activities) と参加 (Participation)、背景因子である環境因子 (Environmental Factors)、個人因子 (Personal Factors) の各構成要素に分類した。

結果

自殺予防に向けた作業療法に関する7文献のマトリックスを表1に示す。

「著者 (発行年)」については2010年以降が占めていた。「発行誌」については、作業療法2件、作業行動研究1件、都道府県士会雑誌1件、その他3件であった。「頁数」については、全て5頁以上となっていた。「研究デザイン」については、前後比較研究1件、その他観察研究6件となっていた。

調査/介入の対象については、図1の自殺対策の3つのレベルに示す。どのレベルにおいてもOTの関わりが持たれていたが、特に危機介入の時期を対象とした関わりが4件と半数以上を占めていた。

介入方法については、図2のICFカテゴリーに示す。活動・参加のカテゴリーにおいて、種々の作業活動の提供がなされた文献が半数以上を占めていた。また背景因子の中でも価値、役割、生活史といった個人因子に焦点を当てた介入が目立った。

上記の対象への介入により、自殺の回避や精神症状の緩和、対処方法の獲得といった直接的な効果とともに、自己評価や自己肯定感、将来への前向きな

表1 自殺予防に向けた作業療法に関する文献

No	著者 (発行年)	タイトル	発行誌	頁数	研究デザイン	調査/介入対象	介入方法	効果	自殺対策のレベル		
									事前	危機	事後
1	坂野裕和, 他 (2017)	医療観察法病棟において自殺企図をくり返す双極性感情障害患者への介入の有効性	精神科看護	9	観察研究	医療観察法病棟入院患者	作品製作 疾病教育	成功体験による自己効力感の向上、自己対処法の獲得		○	
2	森元隆文, 他 (2015)	精神科病棟におけるメタ認知トレーニングの効果に対する予備的検討	北海道作業療法	9	前後比較研究	精神科病棟入院中統合失調症患者	メタ認知 トレーニング	ストレス場面での肯定的解釈、抑うつ減少等		○	
3	山本敦子, 他 (2014)	自殺未遂者に対する精神科作業療法介入の可能性	作業療法	10	観察研究	救急センター入院中自殺未遂者	作業活動の提供 支持的精神療法	自己評価の向上 自尊心の回復			○
4	中村 勇, 他 (2014)	投映法を通して潜在的な希死念慮が明らかとなった思春期の2症例	子どもの心とからだ	5	観察研究	思春期事例	投映法	潜在的な希死念慮の検討	○		
5	宗形智成, 他 (2012)	脳卒中で高次脳機能障害を経験し、自殺したいと語った男性クライアントに対する回復期リハビリテーション病棟での作業療法	作業行動研究	9	観察研究	回復期病棟入院中脳血管障害患者	価値のある作業や 役割の探索 家族支援	自殺の回避、将来への前向きな語り		○	
6	早川由美, 他 (2010)	修学・就労・保健の3つの支援の連携によりキャンパスライフが安定した一症例	全国大学メンタルヘルス研究会報告書	5	観察研究	大学生	復学・修学の 継続支援	復学	○		
7	大畠久典, 他 (2007)	離院と自殺企図を繰り返す統合失調症患者に対する1対1作業療法の意義について	作業療法	11	観察研究	精神科病棟入院中統合失調症患者	個別作業療法、 生活史に着目した 作業の提供	幻聴に対する対処行動の獲得		○	

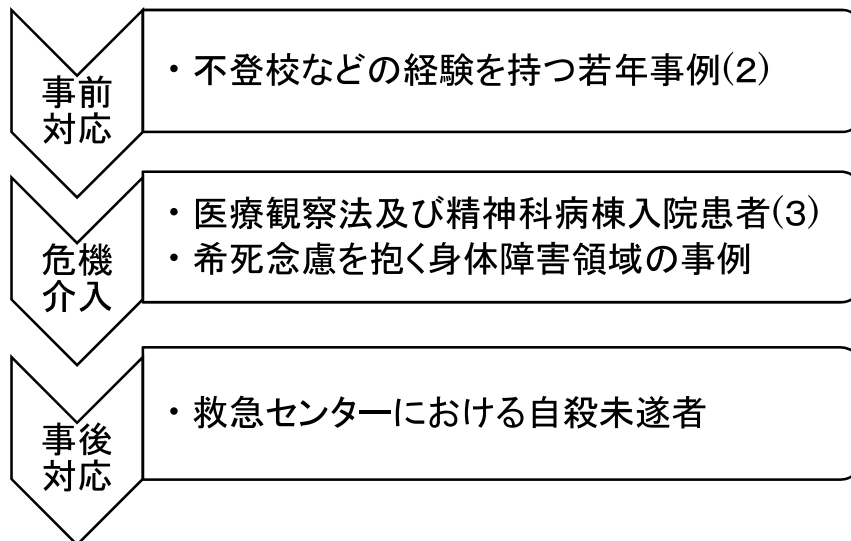


図1 調査/介入の対象：自殺対策の3つのレベル
() 内は文献数を示す

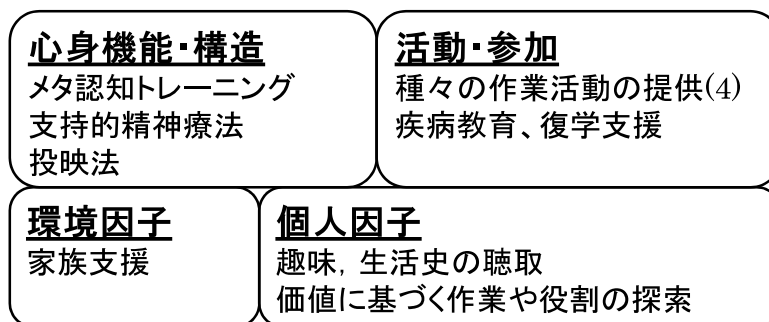


図2 介入方法：ICFカテゴリー
() 内は文献数を示す、重複あり

語りといった間接的な効果が示されていた。

考察

自殺予防に向けたOTに関する文献検討を行った結果、7編の論文が最終的に適合した。自殺対策の3つのレベルにおいては、危機介入の時期での関わりが最も多く（4編）、それらの関わりは病院での関わりに限られていた。介入方法においては、ICFで示す活動・参加の категорияが最も多く（6編）、事例に合わせ種々の作業の提供がなされていた。

自殺対策の3つのレベルにおいて対象は、危機介入および事後対応のレベルが占め、それらは病院での関わりに限られるという結果になった。海外における取り組みでは、病院での支援に加え、退役軍人へのOT介入⁴⁾が行われるなど、幅広い現場において自殺予防に向けてOTが関与していることが報告されている。作業療法士協会は地域包括ケアシステムへOTが寄与することを重点事項⁵⁾とし、入院医療中心の配置から保健、福祉、教育等の地域生活の場への配置を推進しているが、作業療法白書2015によると作業療法士の62.5%が病院で勤務しており⁶⁾、今回の文献検索ではその実情が現れた結果と考えられる。また介入方法としてICFで示した環境因子への関わりは、他のカテゴリと比較して文献数は少なく、現状自殺予防に対しOTの関わりは対人支援レベルが主となっていることが示唆された。自殺総合対策大綱³⁾では自殺は個人の問題に限らず、社会的な問題としての基本認識の下で、地域の中で様々な施策を有機的に連携して取り組む必要があることが述べられている。OTでの実践は、さまざまな作業を用いた対象者への関わりとともに、環境への働きかけも含まれるものとされている⁷⁾。その中で、国内ではOTの先駆的な取り組みとして、兵庫県たつの市⁸⁾における特定非営利活動法人いねいぶる^{9,10)}が、生きる支援としての相談支援や就労支援、地域ネットワークの強化として街づくりに参画し、法人を運営する作業療法士の宮崎は自殺予防に重要な役割を担うゲートキーパーを各地区で養成するためのゲートキーパーサポーターという、市独自の人材の養成にも関与している。厚生労働省の掲げる地域共生社会の実現へ寄与するため、OTのこうした

活動を全国へ波及させていく必要がある。

介入方法においては、ICFで示す活動・参加の категорияが最も多く、複数の文献にて、事例に合わせ種々の作業の提供がなされていた。海外における自殺予防に関する報告^{11,12)}においても、事例に合わせ作業に基づいた介入方法が述べられていた。これらOTの包括的な視点・介入により、自己肯定感や生きがい感といった促進因子に効果が認められていた。自殺総合対策大綱³⁾では、失業や多重債務、生活苦等の『生きることの阻害因子』を減らすとともに、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の『生きることの促進因子』と呼ばれる自殺に対する保護要因を増やすことに重点を置いている。OTは対象となる人々が目的や価値を置く生活行為に焦点を当てている。文献検討からOTの介入は阻害因子に比べ促進因子を増やすことで、自殺予防に寄与していることが示唆された。

最後に自殺予防の観点から見れば、多くの作業療法士が自殺に関連する事象に対処するための準備が備わっていないこと¹³⁾や実践と研究のギャップを埋めなければならないこと¹⁴⁾が指摘されており、まだまだ課題は多いと考える。

研究の限界

文献検索から国内における自殺予防に向けたOTの現状は、これまでに報告された文献の数は少なく、その多くが事例報告にとどまっていた。今後は、海外での自殺予防に関するOTの実践的な取り組みやエビデンスレベルの高い介入についてレビューすることで、さらに多くの示唆が得られるものと考えている。

結論

自殺予防に向けたOTに関する文献検討を行った結果、対象となる人々が目的や価値を置く生活行為に焦点を当てることが可能なOTの介入は自殺予防に寄与していることが示唆された。一方で、OTによる自殺対策は病院での対人支援レベルが主となっている現状にあり、今後は環境因子として街づくりへの参画に向けて、作業療法士は自殺予防に対する知識や地域でのネットワーク作り、自殺予防に貢献

するOTの実践的な研究の必要性が示唆された。

なお、本論文は第17回神奈川県作業療法学会において演題発表を行ったものに加筆・修正したものである。また執筆にあたり、国立精神・神経医療研究センター薬物依存研究部部长松本俊彦氏、兵庫県たつの市で活動を行う特定非営利活動法人いねいぶる理事長宮崎宏興氏、久里浜医療センター作業療法士三澤剛氏より多くの示唆とご指導を賜り、深く感謝している。

引用文献

- 1) 厚生労働省：自殺対策白書令和元年度版。2019. [2019.7.21], URL : <https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/jisatsu/19/index.html>
- 2) 厚生労働省：自殺対策基本法の一部を改正する法律。2016. [2019.10.31], URL : https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12201000-Shakaiengokyo/kyokushougai/hoken_fukushibu-Kikakuka/0000144493.pdf
- 3) 厚生労働省：自殺総合対策大綱。2017. [2019.7.21], URL : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/taikou_h290725.html
- 4) Kashiwa A, Sweetman MM, Helgeson L. Occupational Therapy and Veteran Suicide: A Call to Action. *American Journal Occupational Therapy*. 2017; 71(5): 1-6.
- 5) 日本作業療法士協会：第三次作業療法5ヵ年戦略。2018. [2019.7.31], URL : <http://www.jaot.or.jp/wp-content/uploads/2019/01/3rd-5years-strategy.pdf>
- 6) 日本作業療法士協会：作業療法白書2015. 2017. [2019.7.31], URL : <http://www.jaot.or.jp/whitepaper.html>
- 7) 日本作業療法士協会：作業療法の定義。2018. [2019.7.31], URL : <http://www.jaot.or.jp/about/definition.html>
- 8) たつの市：たつの市つながるいのち支援計画。2019. [2019.8.16], URL : <http://www.city.tatsuno.lg.jp/chiikifukushi/jisatutaisaku.html>
- 9) 特定非営利活動法人いねいぶる：ホームページ。[2019.8.16], URL : <http://enable.haru.gs/>
- 10) 宮崎宏興. 共生社会という原風景. *作業療法ジャーナル*. 2018 ; 52(7) : 598-603.
- 11) Chen YL, Pan AW, Hsiung PC, Chung L, Lai JS, Shur-Fen Gau S, et al. Life Adaptation Skills Training (LAST) for persons with depression: A randomized controlled study. *Journal of Affective Disorders*. 2015; 185(1): 108-114.
- 12) Custer VL, Wassink KE. Occupational therapy intervention for an adult with depression and suicidal tendencies. *American Journal Occupational Therapy*. 2017; 45(9): 845-848.
- 13) Hewitt K, Boniface G. Suicide prevention and the role of occupational therapy. *Occupational Therapy Now*. 2014; 16(4): 13-15.
- 14) Gutman SA. Understanding suicide: What therapists should know. *Occupational Therapy in Mental Health*. 2005; 21(2): 55-77.

