



肥満を合併した過食性障害の女性に対する BST と CBT の効果の比較： RCT による 1 年間のフォローアップ研究

Brief strategic therapy and cognitive behavioral therapy for women with binge eating disorder and comorbid obesity : A randomized clinical trial one-year follow-up.

Jackson JB, Pietrabissa G, Rossi A, et al :
J Consult Clin Psychol 86 : 688-701, 2018

目的：過食性障害は、しばしば肥満や糖尿病、心血管疾患などの健康リスクに関連する。本研究の目的は、過食性障害と肥満の治療におけるゴールドスタンダードである cognitive-behavioral therapy (CBT) と比較して、brief strategic therapy (BST) の効果を検討することであった。被験者は入院治療と退院後に行った遠隔医療の 2 つのフェーズで 1 年間の経過を追った。

方法：入院体重減少プログラムの参加者から被験者を募集し、過食性障害と肥満を合併した 60 名のイタリア人女性が集められ、30 名の BST 群と 30 名の CBT 群にランダムに割り付けられた。入院治療は対人セッションで行われ、退院後は電話による遠隔医療が行われた。治療後 1 年間の変化の推定に multilevel growth curve modeling が用いられ、アウトカムは過食の頻度、体重、全体的機能とした。

結果：1 年間のフォローアップで、BST 群は過食頻度が減少した。CBT 群では過食頻度は減少しなかった。体重と全体的な機能に関しては両群において改善を認めた。また BST 群は過食の頻度を減らすこと、体重を減少させること、全体的機能を改善させることすべてにおいて CBT 群よりも優れていた。

結論：肥満を合併した過食性障害の女性に対し、治療を開始してから 1 年後の過食の頻度を減らすこと、体重減少を促進させること、全体的な機能を改善する

ことにおいて、統計学的にも臨床的にも BST のほうが CBT よりも効果的であった。段階的治療として BST の電話による遠隔医療は、治療を維持させるのに有効である可能性がある。

本論文を紹介した背景：BST は、問題が起こっていないときに焦点を当てる心理療法である。違いを生むために何が必要かを患者自身でとらえることを支援し、強みやリソースに注目する BST の利点の 1 つは、まさに自己効力感を高めることである。

BST は、実証的な研究では過食性障害を含めてこれまでもいくつかの精神疾患に対する臨床的な効果が示されていたものの、RCT での報告はなかった。この研究は過食性障害と、それに合併する肥満に対し、CBT よりも BST の優位性を示した初めての RCT という点で価値がある。もちろんこれのみで CBT に取って変わるものとはなりえない。しかし本研究では評価しきれていない肥満以外の問題、社会経済的な状態、自己効力感などの他の変数を評価することで、患者背景ごとの CBT あるいは BST の有効性がわかれば、将来的には患者個々の背景に合わせて治療法を選択でき、より効果的な解決が患者に寄与されると考えられる。さらなる研究と臨床実践が求められる。

(東京大学大学院医学系研究科ストレス防御・
心身医学、長谷川病院 高岡正和)