

2023年6月19日

報道関係者各位

国立大学法人筑波大学
慶應義塾大学医学部

かかりつけ医の継続的な厚いケアを受けている家族介護者のストレスは低い

アンケート調査に基づいて、自宅等で家族を介護する人々（家族介護者）のストレスに関する分析を行いました。その結果、かかりつけ医を持つ家族介護者は、かかりつけ医による高いプライマリ・ケア機能を経験しているほど、介護に伴うストレスが低いことが示されました。

自宅等で家族を介護する人々（家族介護者）は、介護を行っていない人に比べて、より大きな心理的・身体的な問題を抱えています。従って、ヘルスケア従事者にとって、家族介護者のストレスに注意を向けることは重要です。これまでに、家族介護者の大半は自身の「かかりつけ医」による心理的なサポートを好意的に受け止めていることが報告されていますが、「かかりつけ医機能」が介護に伴うストレスに対して影響を与えようかどうかを調べた研究はありませんでした。

そこで、本研究は、家族介護者のかかりつけ医機能と介護に伴うストレスとの関連性を検証しました。家族介護者に対して行ったアンケート調査のデータのうち、かかりつけ医を持っていた406人を対象に分析を行った結果、高いかかりつけ医機能を経験している家族介護者ほど、介護に伴うストレスが低いことが明らかになりました。また、かかりつけ医機能の要素のうち、継続性（全人的な人間関係に基づく診療を受けている）と、包括性（必要なときに幅広いケアや助言を受けられる）が高いほど、介護に伴うストレスは低いことが示されました。

かかりつけ医機能の強化が地域住民に恩恵をもたらすことを示した研究報告は増えつつあり、本研究結果は、家族介護者が抱えるストレスの低減という点においても、高いかかりつけ医機能が貢献している可能性を示唆しています。このことは、かかりつけ医機能の強化や、家族介護者支援の在り方を検討する上で、一つの資料になると考えられます。

研究代表者

筑波大学 医学医療系

舛本 祥一 講師

慶應義塾大学医学部医学教育統轄センター

春田 淳志 教授

研究の背景

世界的な高齢社会の進行によって、慢性の病気を抱えて自分ひとりでは身の回りのことを行えない人（要介護者）が増えており、彼らの生活を支える家族（家族介護者）の役割はますます大きくなっています。一方で、家族介護者の心理的・身体的なストレスも問題になっており、心理的ストレスを抱える家族介護者は、介護を行っていない人あるいはストレスのない家族介護者よりも、数年後の死亡率が高かったとする報告もあります。そのため、ヘルスケア従事者、とりわけ、身近な医師や看護師、薬剤師、ケアマネージャーなどが提供するプライマリ・ケア^{注1)}において、家族介護者のストレスに注意を向けることは重要です。

これまでの研究では、主に、被介護者のケアを担うプライマリ・ケア従事者による支援と、家族介護者のストレス低減との関連が注目されてきました。一方、家族介護者自身の「かかりつけ医」に着目した場合、家族介護者の大半は、かかりつけ医から介護にまつわる心理社会的サポートを提供されることを好んでいた、といった報告はあるものの、「かかりつけ医機能^{注2)}」がストレス低減に寄与しうるかどうかは検証されていません。

質の高いプライマリ・ケアを住民に提供する上で、かかりつけ医機能の強化は世界的な関心事であり、我が国でも医療制度議論における重要な論点となっています。そこで、本研究では、家族介護者のかかりつけ医機能と介護に伴うストレスとの関連性を検証しました。

研究内容と成果

茨城県内の3つの地域で、要介護認定を受けている人を介護する家族介護者を対象に、2020年11月から12月にかけてアンケート調査を実施し、そのうち、かかりつけ医を有していた406名の家族介護者のデータを用いて、解析を行いました。

かかりつけ医機能は、Japanese version of the Primary Care Assessment Tool (JPCAT) 短縮版を用いて評価しました。JPCATは、国際的に広く使用されるプライマリ・ケア機能評価ツールの日本語版で、評価項目には、近接性（ファーストコンタクト）、継続性（全人的な人間関係にもとづく継続診療）、協調性、包括性、地域志向性といった要素が含まれます。また、介護に伴うストレスは、介護ストレスの評価ツールとして世界的に広く用いられる尺度の日本語版である短縮版 Zarit 介護負担尺度日本語版を用いて評価しました。

家族介護者の属性や介護に要する時間などの影響を統計学的に調整した結果、高いかかりつけ医機能を経験している家族介護者ほど、介護に伴うストレスは低いことが明らかになりました（JPCAT 短縮版の総合得点1標準偏差上昇あたり、ストレス低群に対し高群の存在する割合 prevalence ratio 0.89、95%信頼区間: 0.80–0.98）。また、JPCAT 短縮版の下位尺度得点を用いた分析では、プライマリ・ケア機能のうち、継続性（全人的な人間関係に基づく診療を受けている）と、包括性（必要なときに幅広いケアや助言を受けられる）が高いほど、家族介護者の介護に伴うストレスが低いことが示されました（参考図）。

今後の展開

かかりつけ医機能の強化が地域住民に恩恵をもたらすことを示した研究報告は増えていますが、さらに本研究結果は、家族介護者が抱えるストレスの低減という点においても、高いかかりつけ医機能が貢献しうる可能性を示唆しています。このことは、かかりつけ医機能の強化や、家族介護者支援の在り方を検討する上で、一つの資料になると考えられます。

本研究では、家族介護者のかかりつけ医機能とストレスとの関連を量的に評価しましたが、今後は質的な評価でも結果が一致するかどうかを確認していく予定です。

参考図

家族介護者が経験するかかりつけ医機能（JPCAT 短縮版）	介護に伴うストレス
1 標準偏差上昇あたり	低群に対し高群の存在する割合
総合得点	0.89
下位尺度得点	
継続性（全人的な人間関係に基づく診療を受けている）	0.90
包括性（必要なときに幅広いケアや助言を受けられる）	0.87

図 家族介護者が経験するかかりつけ医機能と介護に伴うストレスとの関連性

用語解説

注1) プライマリ・ケア

患者、家族、地域社会との継続的な関係を通して、要介護者の好みやニーズをふまえながら全人的で人間関係にもとづく包括的なケアを多職種で協調して行うヘルスケアサービス。（参照：National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2021）

注2) かかりつけ医機能

「プライマリ・ケア機能」の日本における呼称。プライマリ・ケア機能の枠組みには複数のパターンがあり、本研究では Barbara Starfield による枠組みを用いた。（参照：岡田 唯男「Starfield の 4+3(1992, 1998) その1」プライマリ・ケア. 2017；2(2)：56. ）

研究資金

本研究の元データとなった調査は、公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション振興財団の助成を受けて実施しました。

掲載論文

【題名】 Association between family caregivers' primary care experience when they report as patients and their stress related to caregiving: A pilot cross-sectional study

（家族介護者における患者としてのプライマリ・ケア経験とストレスとの関連）

【著者名】 Gen Nakayama, Shoichi Masumoto, Junji Haruta, Tetsuhiro Maeno

【掲載誌】 *Journal of General and Family Medicine*

【掲載日】 2023年6月13日（オンライン先行公開）

【DOI】 10.1002/jgf2.631

問い合わせ先

【研究に関すること】

舩本 祥一（ますもと しょういち）

筑波大学 医学医療系 講師

URL: <https://trios.tsukuba.ac.jp/researcher/0000004153>

【取材・報道に関すること】

筑波大学広報局

TEL: 029-853-2040

E-mail: kohositu@un.tsukuba.ac.jp

慶應義塾大学信濃町キャンパス総務課

TEL: 03-5363-3611

E-mail: med-koho@adst.keio.ac.jp