

こころの健康を支えるコミュニケーション技術

～うつ病患者の家族を支援する情報技術～

どんな研究

うつ病の早期改善には、良好な家庭環境が重要です。そのためには、家族看護者がうつ病によるストレスにうまく対処する必要があります。本研究では、**家族看護者のストレスをICTを用いて軽減**することを目標とし、まずその第一歩として、うつ病患者の家族看護者が抱える社会的負担の構成要素を解明しました。

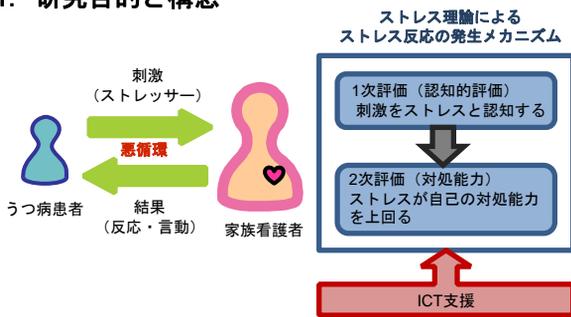
どこが凄い

情報分野におけるヘルスケアに関する研究の大半は患者の治療や介護を効果的・効率的に行う方法に焦点を当て、**家族看護者自身の生活の質の向上を目指したものは殆ど存在しません**。本研究は、うつ病患者からの影響が最も大きい家族看護者に注目し、彼らのストレスの軽減を目指すところが独創的であると言えます。

目指す未来

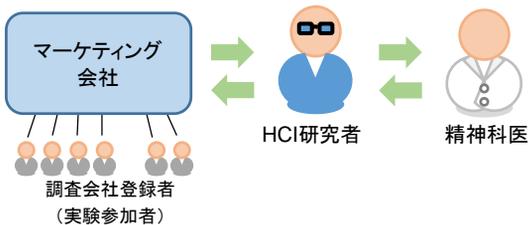
家族看護者の社会的・心理的ストレスの軽減により、家族看護者のQuality of Life (QoL)が向上し、家庭内環境が改善されます。これは、うつ病患者の症状緩和にもつながります。社会的な波及効果としては、自殺率の低下や生産活動の拡大が期待されます。

1. 研究目的と構想



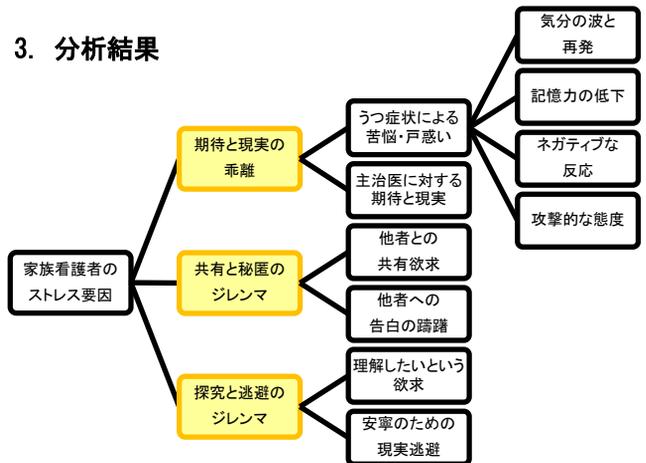
うつ病患者の家族看護者が直面する困難を明らかにし、家族看護者が生活の質を維持するために必要なICT支援について提案を行うこと。

2. インタビュー調査



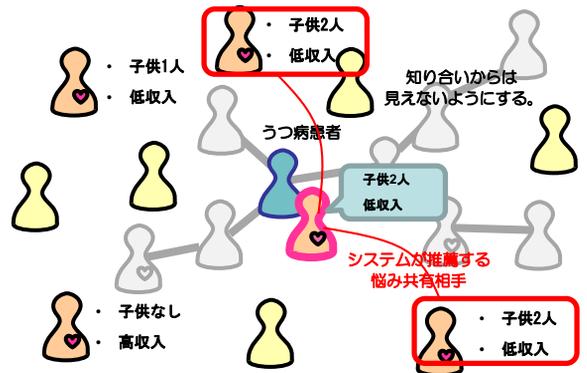
参加者(家族看護者):
 - 家族のうつ病患者を看護した経験がある成人**15**名。
 - 女性**11**名、男性**4**名、平均年齢**41.9**歳。
 全ての患者はうつ病になる前は有職者。
 患者のうち**12**名は主たる稼ぎ手で、うつ病発症後に休職。

3. 分析結果



うつ症状には個人差があり、予測が困難。悩みを共有したい、理解したい、といった単純な要求ではない。

4. 「共有と秘匿のジレンマ」に対する支援例



知り合いから自分のブログ・情報が見えないようにする。匿名性を向上し、安心して悩みを共有できるようにする。

関連文献

[1] N. Yamashita, H. Kuzuoka, K. Hirata, T. Kudo, "Understanding the conflicting demands of caregivers caring for depressed family members," in *Proc. ACM Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI'13)*, pp. 2637-2646, 2013.
 [2] 山下直美, 葛岡英明, 平田圭二, 工藤喬, "うつ病患者の家族看護者が抱える社会的負担を構成する要素の解明," 情報処理学会論文誌, Vol. 55, No. 7, pp. 1706-1715, 2014.

連絡先

山下直美 (Naomi Yamashita) 協創情報研究部 インタラクティブ対話研究グループ
 E-mail: yamashita.naomi(at)lab.ntt.co.jp

