

湘南OT交流会「心理学と作業療法」

2022.9.4

# 慢性疼痛を抱える事例に対する介入 ～首尾一貫感覚に着目して～

鳥取県中部医師会立三朝温泉病院  
松本周三

# 事例紹介

A. Sax.

Cors. / 1  
Tpts. / 2

# 事例紹介

70代女性

診断：慢性疼痛

経過：約1年半前にしもやけ症状をきっかけに両足指部の痛みや異常感覚を自覚し、いくつか病院を受診。約3ヵ月前に左足部の神経剥離術を受けたが症状は改善せず、X年Y月に当院を受診し入院。

- ・身体機能面に問題なし
- ・両足趾に痛みと異常感覚
- ・病棟生活は自立…FIM122／126点（運動89点／認知33点）
- ・病室での様子

リハ介入時以外はほぼ病室，時々足湯に行っている

表情は暗く休んでいることが多い，他患と会話をする様子はない，

スタッフとの会話はほぼ痛みに関する内容

# 作業療法評価 ～人～

- ・県外出身
- ・20代半ばに職場で夫と知り合い結婚
- ・30歳前後に2人出産し、その後精神的に調子を崩す
- ・ゆっくり過ごすことを考え30代半ばに現在の住まいへ移住し専業主婦へ
- ・40代半ばに義母が亡くなり、精神的に調子を崩し、精神科に入院  
→全般性不安障害
- ・50代半ばに入院（数日）して以降は状態が改善  
→定期的な外来通院と内服薬でコントロール
- ・性格  
些細なことも気になると解決するまでこだわってしまう様子  
意外とおしゃべり！（でも対人交流は苦手らしい…）

# 作業療法評価 ～作業～

- ・役割は主婦
  - 家事全般を担う
- ・自宅の庭で花を育てていた（したいことはそれなりにあった様子）

両足部の痛みが出現した後は・・・

- ・寝て過ごすことが多い日々
- ・家事は何とか夫と協力してできていた状況が徐々に完全に任せるように
- ・痛みを耐えるだけでやりたいこともない
  - 花を育てることもやめた
  - 楽しいことをする気持ちもない

# 作業療法評価 ～環境～

## [在宅]

- ・夫との二人暮らし
- ・夫は事例へ理解があり協力的！
  - 家事をサポート
  - 体力が落ちないように事例に行動をするように勧めていた

## [入院]

- ・一般病棟へ入院（4人部屋）
- ・行動制限はなし
- ・理学療法，作業療法が処方
- ・慢性疼痛チームが関与

# 作業機能障害の種類と評価 (CAOD)

計：74/112点

作業不均衡：18/28点

作業剥奪：21/21点

作業疎外：19/21点

作業周縁化：16/42点

手順1 今日を含む2週間ぐらいの間のあなたの状態にもっともよくあてはまる回答に○をつけてください。  
すべての質問に答えてください。  
質問に回答した後は、あなたと作業療法士で回答の背景にある日々の生活を話しあってください。

種類	質問	回答						
		当てはまる	おおむね当てはまる	どちらかといえば当てはまる	どちらとも言いえない	どちらかといえば当てはまらない	おおむね当てはまらない	当てはまらない
I	痛くて、生活のリズムが乱れている	7	6	5	4	3	2	1
II	趣味を楽しめる場所がない	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活に達成感がない	7	6	5	4	3	2	1
IV	自分の意見をあまり聞いてもらえない	7	6	5	4	3	2	1
II	好きな活動を楽しめない	7	6	5	4	3	2	1
IV	熱心に仕事をしても、認めてもらえない	7	6	5	4	3	2	1
I	日々の生活が忙しすぎて疲れがたまっている	7	6	5	4	3	2	1
IV	話して楽しくない相手と無理に会話をしている	7	6	5	4	3	2	1
II	自分にとって大切なことをする機会がない	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活が退屈である	7	6	5	4	3	2	1
IV	周囲の人と違う扱いをされているように感じる	7	6	5	4	3	2	1
I	休む時間がなくてしんどい	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活を無駄に過ごしているような気がする	7	6	5	4	3	2	1
IV	自分が好んで行っていることを友達や仲間から批判されたり、からかわれたりする	7	6	5	4	3	2	1
I	忙しすぎるため、睡眠不足が続いている	7	6	5	4	3	2	1
IV	知人のストレス発散に無理に付き合わされた	7	6	5	4	3	2	1

種類I・・・不均衡、種類II・・・剥奪、種類III・・・疎外、種類IV・・・周縁化

SOCで捉える

A. Sax.

Cors. / 1  
Tpts. / 2



# 初期：首尾一貫感覚 (SOC)

## SOC縮約版13項目スケール (SOC-13)

計：25/91点

把握可能感：5/35点

処理可能感：10/28点

有意味感：10/28点

### ストレス対処能力を測定！

あなたの人生に対する感じ方について伺います。下記の13の質問に対して、あなたの感じ方をもっともよく表している段階の番号にひとつだけ○をつけてください。

- ① あなたは、自分の周りで起こっていることがどうでもいい、という気持ちになることがありますか？  
(まったくない) 1 2 3 4 5 6 **7** (とてもよくある)
- ② あなたは、これまでに、よく知っていると思っていた人の、思わぬ行動に驚かされたことがありますか？  
(まったくなかった) 1 2 3 4 5 6 **7** (いつもそうだった)
- ③ あなたは、あてにしていた人ががっかりさせられたことがありますか？  
(まったくなかった) 1 2 3 4 **5** 6 7 (いつもそうだった)
- ④ 今まで、あなたの人生には、明確な目標や目的が、  
(まったくなかった) 1 **2** 3 4 5 6 7 (あった)
- ⑤ あなたは、不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？  
(よくある) **1** 2 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑥ あなたは、不慣れな状況にいると感じ、どうすればよいかわからない、と感じることがありますか？  
(とてもよくある) **1** 2 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑦ あなたが毎日していることは、  
(喜びと満足を与えてくれる) 1 2 3 4 **5** 6 7 (つらく退屈である)
- ⑧ あなたは、気持ちや考えが非常に混乱することがありますか？  
(とてもよくある) **1** 2 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑨ あなたは、本当なら感じたくないような感情を抱いてしまうことがありますか？  
(とてもよくある) **1** 2 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑩ どんなに強い人でさえ、ときには「自分はダメな人間だ」と感じることもあるものです。  
あなたは、これまで、「自分はダメな人間だ」と感じたことがありますか？  
(まったくなかった) 1 2 3 4 5 6 **7** (よくあった)
- ⑪ 何か起きたとき、ふつう、あなたは、  
(そのことを過大に評価したり、過小に評価してきた) **1** 2 3 4 5 6 7 (適切な見方をしてきた)
- ⑫ あなたは、日々の生活で行なっていることにほとんど意味がないと感じることがありますか？  
(よくある) 1 2 3 **4** 5 6 7 (まったくない)
- ⑬ あなたは、自制心を保つ自信がなくなることがありますか？  
(よくある) 1 2 3 4 **5** 6 7 (まったくない)

合計得点( 25 点)

# SOCで捉えると

健康

健康破綻



SOC 25/91点  
健康破綻に向かってしまう

把握可能感  
処理可能感  
有意味感  
強化要素が低い

把握可能感の低さ (5/35点)

何をすればよいかわからない

本当は主人に迷惑をかけたくないんです。  
でも実際にどこまでできるのかわからない。  
今の状況をどうにかしたいって思ってるんです  
けどわからない。



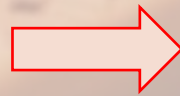
# SOCで捉えると

ストレスに負けやすい状態



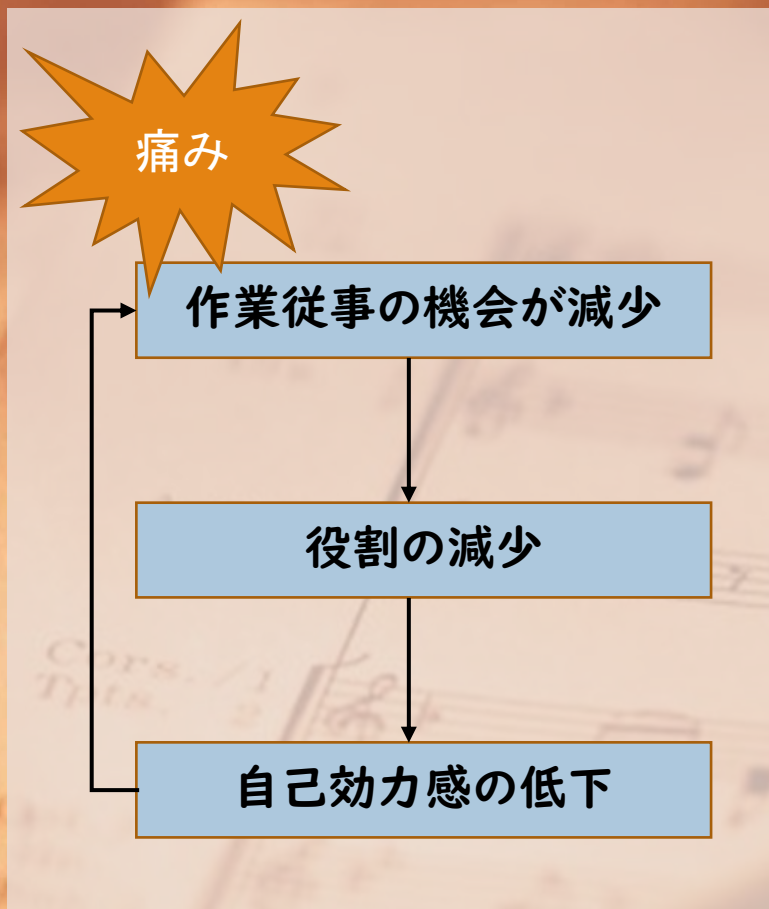
- ・寝て過ごすことが多い
- ・何もしない
- ・交流なし

自分の**課題**が**不明確!**  
かつ  
**克服する力**を感じていない  
**生活に意味**を感じていない



まずは課題を知ってもらう事!  
そのためには  
「これまでの振り返り」

# +aのリーズニング



痛みを伴いながらも  
できている作業がある・・・  
例) セルフケア, 洗濯, 足湯



- ・作業従事を過剰に抑制している??
- ・案外能力は高いのでは??
- ・となると「課題」とは??



CAODの結果では  
作業剥奪が高い値であった・・・

# ディスカッション

A. Sax.

Cors. / 1  
Tpts. / 2

# 自分のSOCを知ってみよう！

- SOC-13のうち「**有意味感**」の項目の質問に回答してみましょう
- 何故その得点となっているのか，自己分析してみましょう
- グループで得点と分析を共有してみましょう
- SOC（有意味感）を高めるにはどうしたらよいか，その対応方法を検討してみましょう

## ★ヒント

SOCは自己効力感と相関があるようです



# 自分のSOCを知ってみよう！ (有意味感：●/28点)

★あなたは、自分のまわりで起きていることがどうでもいい、という気持ちになることがありますか？

まったくない 1 2 3 4 5 6 7 とてもよくある

●今までの、あなたの人生は、

明確な目標や目的は 1 2 3 4 5 6 7 とても明確な目的や  
まったくなかった 目標があった

★あなたが毎日していることは、

喜びと満足を与えてくれる 1 2 3 4 5 6 7 つらく退屈である

●あなたは、日々の生活で行っていることにほとんど意味がない、と感じることがありますか？

とてもよくある 1 2 3 4 5 6 7 まったくない

※★印の項目は得点を逆転（1をつけた場合は7点、7をつけた場合は1点など）した上で合計得点を算出する

# 介入の紹介

A. Sax.

Cors. / 1  
Tpts. / 2



# 介入方針

## ●現状

痛みによって寝て過ごす日々

家事は夫に任せている状況

痛みを耐えるだけで何もしたくない



痛みを負っている状況

## ●問題は？

「自ら作業従事のコ機合を減らしている」ことに気付いていない

# 介入

「課題」に気付いてもらうために



ナラティブアプローチ

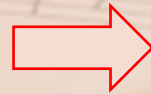
発症した頃の話，発症後入院までの話，それ以外の人生の話

⇒学生時代に音楽（オーケストラ）をしていたこと

レコードを聴きあさっていたこと

生き生きと語る!!

「できる自分」に気付いてもらうために



作業探し&実体験

- ・キーボード演奏 & 音楽鑑賞（YouTube）
- ・創作活動（折り紙）
- ・運動療法（PT）

⇒自主練習 ↑，作業従事量 ↑

# 介入

自信をつけるために



実作業（家事）練習

家事の中で誇りを持っていた料理への介入  
調理実習 & 手料理をスタッフへ振る舞う機会作り

⇒ 自らの課題への気付き

「痛みは感じるよ. 意識が逸れても考えちゃう. でもできるんだね. 」

《変化》

・部屋でも音楽鑑賞

→おすすめの曲をスタッフと紹介し合う

・表情が良くなり, 部屋でもよく話される (話題は明るい)



# 再評価

- FIM : 126/126点
- 表情は明るくなり笑顔が増え, 自ら挨拶をしたり話しかけることも増えた.
- 「料理は夫と一緒に作ることから始めようかな, ゆっくりね. 」と前向きな語りへ.

## ● 作業機能障害の種類と評価 (CAOD)

48/112点

- 作業不均衡 : 14/28点 (18点)
- 作業剥奪 : 9/21点 (21点)
- 作業疎外 : 10/21点 (19点)
- 作業周縁化 : 15/42点 (16点)

手順1 今日を含む2週間ぐらいの間のあなたの状態にもっともよくあてはまる回答に○をつけてください。  
すべての質問に答えてください。  
質問に回答した後は、あなたと作業療法士で回答の背景にある日々の生活を話しあってください。

種類	質問	回答						
		当てはまる	おおむね当てはまる	どちらかといえば当てはまる	どちらとも言えない	どちらかといえば当てはまらない	おおむね当てはまらない	当てはまらない
I	忙しくて、生活のリズムが乱れている	7	6	5	4	3	2	1
II	趣味を楽しめる場所がない	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活に達成感がない	7	6	5	4	3	2	1
IV	自分の意見をあまり聞いてもらえない	7	6	5	4	3	2	1
II	好きな活動を楽しめない	7	6	5	4	3	2	1
IV	熱心に仕事をして、認めてもらえない	7	6	5	4	3	2	1
I	日々の生活が忙しすぎて疲れがたまっている	7	6	5	4	3	2	1
IV	話して楽しくない相手と無理に会話をしている	7	6	5	4	3	2	1
II	自分にとって大切なことをする機会がない	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活が退屈である	7	6	5	4	3	2	1
IV	周囲の人と違う扱いをされているように感じる	7	6	5	4	3	2	1
I	休む時間がなくてしんどい	7	6	5	4	3	2	1
III	日々の生活を無駄に過ごしているような気がする	7	6	5	4	3	2	1
IV	自分が好んで行っていることを友達や仲間から批判されたり、からかわれたりする	7	6	5	4	3	2	1
I	忙しすぎるため、睡眠不足が続いている	7	6	5	4	3	2	1
IV	知人のストレス発散に無理に付き合わされた	7	6	5	4	3	2	1

種類I...不均衡、種類II...剥奪、種類III...疎外、種類IV...周縁化

# 再評価：首尾一貫感覚 (SOC)

## SOC縮約版13項目スケール (SOC-13)

計：49/91点 (初期：25点)

把握可能感：14/35点 (初期：5点)

処理可能感：16/28点 (初期：10点)

有意味感：19/28点 (初期：10点)

### ストレス対処能力を測定！

あなたの人生に対する感じ方について伺います。下記の13の質問に対して、あなたの感じ方をもっともよく表している段階の番号にひとつだけ○をつけてください。

- ① あなたは、自分の周りで起こっていることがどうでもいい、という気持ちになることがありますか？  
(まったくない) 1 2 3 **4** 5 6 7 (とてもよくある)
- ② あなたは、これまでに、よく知っていると思っていた人の、思わぬ行動に驚かされたことがありますか？  
(まったくなかった) 1 2 3 **4** 5 6 7 (いつもそうだった)
- ③ あなたは、あてにしていた人につながりさせられたことがありますか？  
(まったくなかった) **1** 2 3 4 5 6 7 (いつもそうだった)
- ④ 今まで、あなたの人生には、明確な目標や目的が、  
(まったくなかった) 1 2 3 **4** 5 6 7 (あった)
- ⑤ あなたは、不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？  
(よくある) 1 2 3 **4** 5 6 7 (まったくない)
- ⑥ あなたは、不慣れな状況にいると感じ、どうすればよいかわからない、と感じることがありますか？  
(とてもよくある) 1 **2** 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑦ あなたが毎日していることは、  
(喜びと満足を与えてくれる) 1 2 3 **4** 5 6 7 (つらく退屈である)
- ⑧ あなたは、気持ちや考えが非常に混乱することがありますか？  
(とてもよくある) 1 **2** 3 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑨ あなたは、本当なら感じたくないような感情を抱いてしまうことがありますか？  
(とてもよくある) 1 2 **3** 4 5 6 7 (まったくない)
- ⑩ どんなに強い人でさえ、ときには「自分はダメな人間だ」と感じることもあるものです。  
あなたは、これまで、「自分はダメな人間だ」と感じたことがありますか？  
(まったくなかった) 1 2 3 4 5 6 **7** (よくあった)
- ⑪ 何か起きたとき、ふつう、あなたは、  
(そのことを過大に評価したり、過小に評価してきた) 1 2 **3** 4 5 6 7 (適切な見方をしてきた)
- ⑫ あなたは、日々の生活で行なっていることにほとんど意味がないと感じることがありますか？  
(よくある) 1 2 3 4 5 6 **7** (まったくない)
- ⑬ あなたは、自制心を保つ自信がなくなることがありますか？  
(よくある) 1 2 3 **4** 5 6 7 (まったくない)

合計得点( 49 点)

# SOCで捉えると

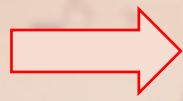
健康



健康破綻

SOC 49/91点  
点数UP&健康に向かうベクトルに

把握可能感 (5→14点)  
処理可能感 (10→16点)  
有意味感 (10→19点)  
各要素UP

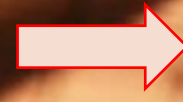


自分の課題がわかり  
克服する力を感じ始め  
生活に再び意味を感じてきた

ストレスに負けやすい状態



- ・寝て過ごすことが多い
- ・何もしない
- ・交流なし



ストレスに耐えられる状態



- ・痛みがあっても行動する意味に気付く
- ・音楽鑑賞や創作活動, 運動と作業に没頭
- ・楽しい経験
- ・昔を思い出す経験
- ・痛みで苦しむ時間の減少

# まとめ

A. Sax.

Cors. / 1  
Tpts. 2

# まとめ

- 人はSOCを備えることで健康に向けての力が自然と強まり健康的な行動、健康的な思考、健康感と健康な状態に自然と向かっていく
- SOCが健康と健康破綻の間のどこに位置するのか、どちらに向かう方向にあるのかを捉えることが重要
- 各要素で分析することで対象者の状態を把握することができ、作業療法介入にプラスとなる
- 今回の事例では自己の課題に気付く機会を作り、作業をする機会を作ったことが健康に向かうきっかけとなったと思われた