

# 震災3年後のうつ症状に影響する3つの出来事は？

## ～東日本大震災前後の被災者のデータ分析より～

災害後の被災者に注目した研究は世界中で多くあります。しかしながら、これまでの研究では次のような限界がありました。

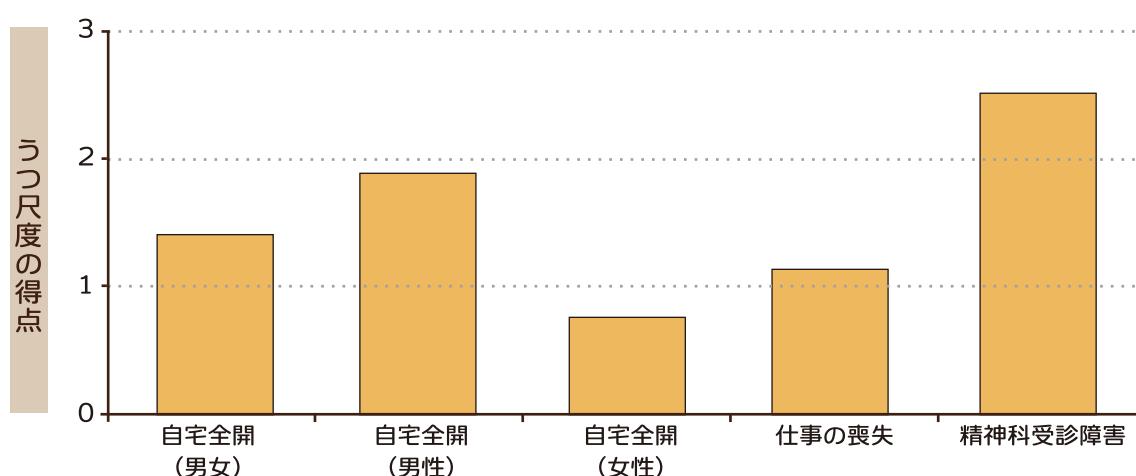
- ①被災者の健康状態を追ったのは1年程度で、より長期に追跡したもののは少ない
- ②震災が起こる前の被災者の健康状態を適切に評価していない
- ③高齢者に注目したものはほとんどない

そこで私たちは、これら3つの限界を超える研究を行いました。

東日本大震災で大きな被害を受けた宮城県岩沼市の65歳以上高齢者3,464人について、震災前の2010年と、震災後の2013年に調査したデータを分析しました。

その結果、「家を失う」「仕事を失う」「震災直後に精神科を受診できなかった」ことが、震災後約3年時点での被災者の抑うつ症状の悪化と関連があったことを明らかにしました。

### 抑うつ症状の悪化の程度



※ 縦軸の値は高齢者用うつ尺度（15項目版geriatric depression scale）の得点の悪化分を意味する。

※ 自宅全壊、仕事の喪失、精神科受診障害（精神科を受診できなかつたこと）は、震災後約3年後の抑うつ状態の悪化と統計学的に有意な関連を示した。

## 背景

これまで、自然災害による健康影響についての研究は世界中で多く行われてきましたが、「1) 被災者の健康状態を追ったのは1年程度で、より長期に追跡したもののは少ない」「2) 震災が起こる前に被

災者の健康状態を適切に評価していない」「3) 高齢者に注目したものはほとんどない」という限界がありました。今回、私たちは、これら3つの限界を超える研究を行いました。

## 対象と方法

東日本大震災で大きな被害を受けた宮城県岩沼市の65歳以上高齢者3,464人について、震災前の2010年と震災後の2013年に調査したデータを分析しました。受けた震災の被害について、①家族・友人の喪失、②ペットの喪失、③家屋・自家用車の被害、④仕事の喪失、⑤震災直後に精神科を受診できなかつたこと、を調査しました。

また、抑うつ状態の評価は、高齢者用うつ尺度

(15項目版geriatric depression scale (GDS)) を用いました。これらの各震災の被害と抑うつ症状の変化について回帰式を用いて関連を検討しました。性別・年齢・婚姻状況・教育歴・収入・主観的健康観・体格指数・喫煙状況・飲酒状況・既往歴・2010年時点でのGDS、友人との交流頻度などの要因の影響を統計学的に調整しました。

## 結果

3,464人のうち、917(26.5%)人が家族を失い、537(15.5%)人が友人を失ったと回答しました。また、半数以上が家屋に何かしらの被害があつたと報告していました。186人(5.4%)が仕事を失い、17人(0.5%)が震災後に精神科を受診できなかつたと回答しました。抑うつ症状(GDS)との関連については、自宅が全壊だったことはGDS 1.22点(95%CI: 0.80, 1.64, p<.0001)の悪化と関連し

していました。精神科を受診できなかつたことは、2.51点(95%CI: 1.28, 3.74, p<.0001)の悪化と関連していました。一方、家族・友人の喪失は、GDS悪化とは関連していませんでした。自宅全壊の影響は、特に男性で顕著でした(男性: 1.89点の悪化、女性: 0.76点の悪化、性別の交互作用項のP値=0.013)

## 結論

東日本大震災の被災者のデータにおいて、特に、家屋の全壊と震災直後に精神科を受診できなかつたことが、震災約3年後においてもなお、抑うつ状態

の悪化と有意に関連していたことが明らかになりました。

## 本研究の意義

これまでの研究では、震災の健康影響を1年程度の追跡でとどめているものがほとんどでした。今回の研究により、震災から約3年経っても震災被害が精神的に被災者を悩ませていることが明らかになりました。自宅全壊の影響は、特に男性で顕著でした。自宅を失った男性は特に注意が必要であると考えられます。

また、震災直後に精神科を受診できなかつたことの影響が大きかったことは、今後の震災後の精神的なケアを考えるうえで、特筆すべきことであると考えます。震災後には、受診が困難な被災者が発生します。そのような被災者のために、移動式の医療者の診療チームの有効性を示唆するものであると考えます。

### 論文発表

Tsuboya T, Aida J, Hikichi H, SV S, Kondo K, Osaka K, Kawachi I: Predictors of depressive symptoms following the Great East Japan Earthquake: A Prospective study. Social Science and Medicine 161: 47-54, 2016  
本認症予防学会誌4: 25-35, 2016.

### 謝辞

研究にご協力いただきました岩沼市の皆さま・岩沼市役所の皆様に感謝申し上げます。

本研究は、米国衛生研究所NIH、厚生労働省、文部科学省などから研究費の援助を受けて行われました。