

厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業（循環器疾患・
糖尿病等生活習慣病対策実用化研究事業）
分担研究報告書

『笑いなどのポジティブな心理介入が生活習慣病発症・重症化予防に及ぼす影響についての疫
学研究』

研究分担研究者 下村 伊一郎 大阪大学大学院 医学系研究科 内分泌代謝内科 教授

研究要旨

本研究の目的は、糖尿病患者を対象に、心理的社会因子、特に笑い等のポジティブな感情が血糖コントロールおよび合併症発症に及ぼす影響を明らかにすることである。H26 年度は、研究代表者が行う介入研究の研究対象者募集を、大阪大学医学部附属病院に通院中の 2 型糖尿病患者に対して行い、研究同意を 42 名から取得し、笑い介入群（笑い健康教室に参加する群）21 名、対照群 21 名に割付け、データを収集した（研究代表者報告書参照。）。また、糖尿病を有する中高齢者（目標登録症例数：300 名）を対象に、笑い、幸福感、社会的支援等のポジティブな感情やそれに関連する因子と、患者が属する職業・産業活動またその規模を質問票形式で調査し、血糖管理状況、糖尿病合併症（腎症、網膜症、神経障害、動脈硬化）の有無・進展との関連を横断的・縦断的に検討する研究を開始した。既に倫理委員会審査等の事務手続きを終了し、目標数の 7 割強の症例登録を達成済みである。

A. 研究目的

本研究の目的は、糖尿病患者を対象に、心理的社会因子、特に笑い等のポジティブな感情が血糖コントロールおよび合併症発症に及ぼす影響を明らかにすることである。自覚的ストレス、うつ症状、笑いの頻度、幸福感、社会的支援、社会的ネットワークに関する質問紙調査と、患者が属する職種についての質問紙調査を行い、血糖コントロール、合併症（動脈硬化症、網膜症、腎症、神経障害）の発症・進展との関連を横断的・縦断的に検討する。

B. 研究方法

1) 肥満、糖尿病患者を対象とした介入研究の実施・評価

研究代表者が行う介入研究の研究対象者募集を、大阪大学医学部附属病院に通院中の 2 型糖尿病患者に対して行う。

2) 糖尿病患者の血糖コントロールおよび重症化に及ぼす笑い等のポジティブな感情及

び職業の影響についての前向き研究

笑い等のポジティブな心理的因子が糖尿病合併症の発症・重症化へ及ぼす影響を検討する。糖尿病を有する 40-79 歳の中高齢者 300 名を対象に、笑い、幸福感、社会的支援等のポジティブな感情やそれに関連する因子と、患者が属する職業・産業活動またその規模を質問票形式で調査し、血糖管理状況、糖尿病合併症（腎症、網膜症、神経障害、動脈硬化）の有無・進展との関連を横断研究と前向き観察研究によって評価する。

C. 研究結果

1) 肥満、糖尿病患者を対象とした介入研究の実施・評価

大阪大学医学部附属病院に通院中の 2 型糖尿病患者のうち、年齢が 40 以上 75 歳未満で、直近 3 か月の HbA1c 6.1%~7.9%であり、3 ヶ月の変動が 1.0 以内の患者を、当院当科外来で 7 月から 9 月の 2 か月間で募集し、研究同意を 42 名から取得した。笑い介入群 21 名、対照群 21 名に割付けられ、笑い介入群につ

いては、10 月～12 月の笑い健康教室に参加した（研究代表者報告書参照。）。

2) 糖尿病患者の血糖コントロールおよび重症化に及ぼす笑い等のポジティブな感情及び職業の影響についての前向き研究

本分担研究課題は H26 年度から開始されており、H26 年度には研究計画の立案、倫理委員会審査等の手続き行い、対象患者の登録を開始した。H27 年 3 月時点で 211 例を登録しており、順調に症例登録が進んでいるが、まだ目標症例数（300 例）には達しておらず、統計解析は実施していない。

D. 考察

1) 肥満、糖尿病患者を対象とした介入研究の実施・評価

（研究代表者報告書参照。）

2) 糖尿病患者の血糖コントロールおよび重症化に及ぼす笑い等のポジティブな感情及び職業の影響についての前向き研究

既に目標登録症例数の 7 割強が登録済みであり、研究期間内での目標達成が可能と考えられる。また、特にトラブルの発生もなく、本研究は予定通り進捗している。従って、H27 年度には目標症例数の登録が達成され、横断データの統計学的解析が実施可能となり、一定の研究成果が得られる予定である。

E. 結論

1) 肥満、糖尿病患者を対象とした介入研究の実施・評価

（研究代表者報告書参照。）

2) 糖尿病患者の血糖コントロールおよび重症化に及ぼす笑い等のポジティブな感情及び職業の影響についての前向き研究

データ収集は予定通り進捗しているため、H27 年度には統計学的解析が実施可能となり、具体的な研究成果が得られる予定である。

F. 健康危険情報
（該当なし）

G. 研究発表

1. 論文発表
なし
2. 学会発表
なし

H. 知的財産権の出願・登録状況
なし