

症例報告

題名：「認知行動療法を併用した作業療法実践により疼痛と破局的思考が改善し役割である調理に取り組むことが可能になった胸腰椎術後患者の一例」

著者：高橋 啓, 野口 萌子, 久木崎 航, 早崎 涼太

要旨

今回、胸椎・腰椎固定術後に強い疼痛と破局的思考に伴い、日常生活動作（Activities of Daily Living：以下、ADL）に著明な制限を認め、役割であり、価値を置く作業である調理に対して消極的であった70歳代女性を担当した。

今回、認知行動療法（Cognitive Behavioral Therapy：以下、CBT）や先行研究を参考に考案した活動シートを用いた作業療法（Occupational Therapy：以下、OT）実践を行った。生活行為の中のどの部分で痛みが出たのか動作レベルで事例と共有し、介入すべき問題点の抽出と目標設定を行うなど議論しながら協業を図った。疼痛が出現するタイミングや各動作について気づいたことを活動シートにコメントとして残し、OTの時間に議論を行い、疼痛の出ない方法や動作を確認し解決するという流れで疼痛対処技能やペーシングの学習を促した。

その結果、腰部痛は残存しながらも起居動作や移乗動作、トイレ動作は自立し日々セルフケアは向上した。その後の伝い歩きや段差昇降、お茶を入れることや洗濯物を干す・取り込むなどの課題に対しても疼痛対処を行いながら取り組むことが可能となった。また、入院当初は消極的だった調理に対しても流し台に寄りかかりながら作業するなどの工夫を行い取り組むことができ、前向きな発言が聞かれるようになった。

CBTの要素を含む活動シートを用いたOT実践により、疼痛の破局的思考やADLの改善、自己効力感の向上に繋がった。また、役割であった調理にも前向きに取り組めるまでに至った。本事例におけるCBTの要素を取り入れたOT実践は、先行研究を支持し、且つ大切な作業の獲得へ向けた介入戦略の1つとしてなり得ることが示唆された。

キーワード：疼痛, 認知行動療法, 胸腰椎術後, 作業療法, 役割