

# 職域メンタルヘルス不全者とその対応

## -----質問紙THIによる事例を中心に

主任研究者 群馬産業保健推進センター 所長 鈴木 庄 亮  
共同研究者 相談員 栗原 久（東京福祉大学教授）  
相談員 月岡 関夫（群馬県医師会副会長・診療所長）  
相談員 藤田 晴康（KKルネサステクノロジ高崎専属産業医）  
相談員 椎原 康史（群馬大学医学部教授）  
相談員 松澤一夫・森 弘文（診療所長）  
京都府立医大助教授 浅野 弘明（疫学統計）

### 1 はじめに

平成15年度の当調査研究事業で応用開発された質問紙「健康チェック票THI」とそのPC処理システム「THIプラスVer\_03版」が、勤労者自身の生活、習慣、心身の健康への気づきセルフケアとメンタル不調者対策にどう役立つかいくつかの職域集団について検証した。結果を事例集としてまとめた。

### 2 対象と方法

「健康チェック票THI」を実施した事業場は、県外の金属加工場450人(1)、東京の某鍵会社130人、県内の某精神医療老人介護機関280人、某健診検査機関185人(2)、などの従業員合計1000人余他であり、結果の「蜘蛛の巣」図1枚とその健康尺度得点にもとづく個別アドバイス2枚および説明文1枚の合計4枚1組を、親展の封書で本人宛お返しした。

THIの個人結果をお返しした後、集団(1)の約400人に1人10分THI結果をめぐって面接をした。集団(2)にはTHI結果がご自身の健康評価と合っていたかどうか、どこが意外であったか、健康アドバイスは役に立ったかななどの感想と意見をアンケートで求めた。

### 3 結果と考察

THI実施結果から、心身に問題のあるリスク群は次の5群に分類できた：①心身の症状や訴えの多い者＝多愁訴者。心理的あるいは性格的な原因で、身体の症状や訴えが多くなる人がいる。多愁訴は頻回受診者でもある。疾病診断では、身体表現性障害 SD, somatoform disorders に分類される神経症領域の疾病

である。12(一次)尺度を主成分分析すると多症状・多訴傾向が最大の成分であることが判明、これを総合尺度T1と名づけた。T1が高い20%の群は死亡リスクが60%大きいことが疫学データから明らかにされた。このリスク群には相談が有効。

② 抑うつ度の大きい者。すでに通院加療中の者が多かった。若い人で高いうつ尺度得点者には注意が必要である。

③ 自由記入欄に心身に気になる事、悩み事などの記入があった者。全員に丁寧にお返しした。

④ 長時間労働をしている者(週60時間以上)。事業場の表向きの週40時間労働に対して、この1,2ヵ月の週平均労働時間を記入するTHI調査は本人の申告による労働時間である。事業場(1)で回答のあった384人の週労働時間の内訳は：～40時間＝39%、41-45時間＝29%、46-59時間＝27%、60時間～＝6%であった。大企業でも1日1-2時間の残業は常態化しており、その上生真面目で、おとなしい者は仕事を断れず引き受けてしまい勝ちで、過重労働になる。職場調整、医師面接指導なども必要。

⑤ 肥満・高血圧・運動不足の者。脳・心疾患を予防し、うつ病予防のためにも何か運動を生活に取り込ませるべきである。呼吸器、消化器、目と皮膚尺度などの得点の高い者は各臓器の障害・問題を持っている場合がほとんどであったので補足記入あるいは面接で個別に指導した。

集団へのTHIの適用の仕方と集計などのまとめと報告の見本として、上記(1)(2)(3)の3集団へのTHI結果の事例を報告書に所載した。

**感想と意見:** THI実施後のご自身の生活、心身の健康状況、および健康アドバイスについての意見と感想は、良く当たっている、ほぼ合っているという感想が過半数を占めた。意外に感じた尺度は抑うつと攻撃性であった。この2つは気づきにくいようであった。

#### 4 結論

「健康チェック票THI」は、本人の心身のニーズをかなりの確に表現すること、および記入者へのアドバイスが個別に的確にできることが判明した。定期健康診断と併用するなど協力を得る工夫をすれば、気づきとセルフケアを基本に、メンタルヘルス、ストレス対策、過重労働、生活習慣改善などに有効に利用できるであろう。

#### 5 事例: THIと面接の結果

事務職の男 45歳、身長 173cm;体重 85kg;BMI28.4、血圧 140/90、既婚、車通勤 45分、平均労働68時間/週、睡眠5時間、コンタクト(-)、喫煙-、花粉症+、糖尿病-

ストレス+、パソコン4時間超/日、運動-。・・・働き過ぎで、運動をするゆとりがなく、睡眠時間↓、肥満↑。

本人「めっきり動かなくなった、体重が半年で 10kg以上増加。高血圧/高脂血(+)」と。

本人「製造中心で間接部門への理解が乏しい、やりかたのシステムが未熟で改革が必要」と不満を。

**THI:** 目や皮膚、口とおしり、消化器の症状、不定愁訴などかなり多いと出ている。生活不規則性 99%、抑うつ度 100%、心のストレス度 98%tileと極大、⑥段階も 4 尺度/13 中と多く心配である。

**結論:** この事例は、不満を言いながらも生真面目で仕事をかかえて、ついつい時間外労働がふえる、破綻寸前の様子。この事例は、脳・心事故のリスク大であり、本人と何度か面談し、労働と健康についての深い了解を得た上、産業医が職制に介入して本人の仕事量の調整をはかった。

製造業事務職45歳男の「健康チェック票THI」結果のプロフィール

