

□ 書評 □

マリー・ダナヒー、マギー・ニコル、ケイト・デヴィッドソン(編集)

菊池安希子(監訳)

網本 和, 大嶋伸雄(訳者代表)

臨床が変わる！

PT・OTのための認知行動療法入門

評者 松原貴子

(日本福祉大学健康科学部リハビリテーション学科)



PT・OTのための 認知行動療法入門

Cognitive-Behavioural Interventions
in Physiotherapy and Occupational Therapy

Maria Donaghy, Maggie Nicol, Kate Davidson
監訳 菊池 安希子 / 訳者代表 網本 和 大嶋 伸雄



認知行動療法は認知療法に行動療法を融合させ、系統的に構造化された心理学的治療の一つである。20世紀終盤より認知行動療法は学習理論や条件づけに基づく行動療法を取り入れながら、うつ病や不安障害など主に精神心理的問題に対し精神科領域にて発展を遂げてきた。現代医療において、治療概念が生物医学的モデルから生物心理社会的モデルへとパラダイムシフトし、認知行動療法は精神科領域にとどまらず、身体科領域へ広く開放されるようになった。

現在では、慢性疼痛、糖尿病、心血管疾患など幅広い難治性患者に臨床応用されるようになってきている。その理由の一つとして、身体科疾患患者であっても精神心理社会的問題を包含していることで治療に抵抗性を示す場合が多いからであろう。認知行動療法では、患者を局所的なパーツの集合体として取り扱うことはせず、“whole body”(一人の個全体)として包括的に相対する。つまり認知行動療法は、疾患を治療するのではなく、患者(人)とともに考え引導する道筋を探し出すアプローチといえよう。したがって、認知行動療法は治療に難渋する患者を救済する道標になるとともに、治療者にとってもコーピングスキルの幅を広げる貴重なデバイスとなり得る、“知って得する”治療

理論・技法である。

身体科領域において局所的な対症療法に追われてきた理学療法士・作業療法士にとって、今こそがパラダイムを変革すべき時であり、まさにそのタイミングで本書が出版された。本書では、認知行動療法理論について心理学的および神経科学的に丁寧に解説したうえで、うつ病や不安障害などの慢性精神疾患の病態整理と具体的アプローチを紹介し、世界的国民病であって認知行動療法の奏効例が多数報告されている慢性疼痛や慢性疲労症候群についても解説がなされている。

評者である私自身のような、臨床で認知行動療法をフル活用し、その恩恵をすでに受けている者であっても、本入門書は新たなエビデンスの発見と理論の体系化に役立った。本書は認知行動療法に興味を持っているものの手を出せないでいる初学者からすでに認知行動療法を実践している者まで、すべての臨床家にとって十分に納得させてくれる1冊であり、有益な著書としてぜひとも推薦したい。

●B5判, 208頁, ●色刷

定価: 本体 4,200円 + 税

医学書院刊, 2014年