

## 被災地派遣の自衛隊員 6.75%でPTSDの疑い

東日本大震災で被災地支援に派遣された自衛隊員を調べたところ、派遣期間が3カ月以上だったり、派遣終了後の超過勤務が3カ月以上続いたりすると、PTSD（心的外傷後ストレス障害）のリスクが6～7割高まるという研究成果を、防衛医大の長峯正典教授（産業精神保健）らのチームがまとめた。

長峯さんは「日本は今後も大規模災害が想定される。災害支援はほかの職業でも増えており、派遣中だけでなく終了後も含めた労務管理がメンタルヘルス上、重要だ」と指摘する。

研究チームは震災直後に岩手、宮城、福島などに派遣された約5万6千人の陸上自衛隊員を6年間追跡した。その結果、6.75%でPTSDの疑いがあった。

PTSDと労働条件との関係を調べたところ、派遣期間が3カ月以上だと、1カ月未満よりPTSDのリスクが75%増えたほか、派遣期間が終わった後に休日出勤や残業が3カ月以上続いた人は、ほとんどなかった人に比べ61%高かった。

津波で亡くなった遺体を回収したり、原発事故の避難地域での活動で被曝（ひばく）リスクにさらされたりした隊員は、そうではない隊員に比べて18～19%ほどPTSDのリスクが高かった。（桜井林太郎）

日経メディカル 20.10.16

### 被災地に派遣された自衛隊員のPTSDリスク

東日本大震災に派遣された自衛隊員のPTSDスコアを6年後まで追跡

大西 淳子＝医学ジャーナリスト

防衛医大の長峯正典氏は、東日本大震災の直後に被災地に派遣された陸上自衛隊員のPTSD症状について、現地での任務終了から6年後までの状況を検討し、累積発症率は6.75%であり、本人の被災状況、長期の派遣期間、年

年齢が高い、派遣後の超過勤務などがPTSDの危険因子だったと報告した。結果は2020年9月29日にJama Network Open誌電子版に掲載された。

震災後に災害派遣された自衛隊員は、救助活動の他に、被曝リスクのある場所での人道支援、約1万体の遺体回収などにも従事した。災害初期の派遣隊員（ファーストレスポンドー）は、生命を脅かされる可能性がある状況下で、また被災者や家族から激情をぶつけられる中で、任務を遂行した。そうした経験は、共感性疲労や代理受傷を引き起こす可能性があり、これによりPTSDリスクは高まると予想された。

ファーストレスポンドーに対するメタアナリシスでは、明らかなPTSDの発症率はおおよそ10%と報告されている。しかし、PTSD症例の4分の1は、事件直後ではなく6カ月以上時間が経過してから発症することが報告されているため、ファーストレスポンドーのPTSD症状の発現について理解を深めるためには、長期にわたって追跡する研究が必要だ。しかし、ファーストレスポンドーに対する研究の多くは、横断研究だった。

著者らは先に、東日本大震災後に派遣された陸上自衛隊員約7万人を対象とする1年間の調査を行っていた。今回はそれらの人々の健康状態を2017年まで追跡し、震災から6年後までの状況をまとめるためのコホート研究を計画した。

定期的な健康状態評価を行い、6年後までの追跡を完了したのは5万6388人だ。彼らは任務完了から1カ月後、6カ月後、12カ月後、36カ月後、48カ月後、60カ月後、72カ月後に評価を受けていた。ベースラインでは、社会人口学的要因（年齢、性別、階級、本人の被災経験）などと、災害派遣時の経験（遺体の回収、被曝リスク下での任務など）、勤務状況（派遣期間、任務終了後の退職、派遣終了後の超過勤務など）に関する情報を収集した。

主要評価項目は、PTSD症状を評価するIES-Rスコアとした。日本人ではスコアが25以上はPTSDリスクが高いとされており、今回の分析ではスコア25～88をPTSD疑い例とした。またCox比例ハザードモデルを用いて、PTSD疑い例に関係する危険因子を同定した。時間的傾向を調べるため、PTSD疑い患者は3群に分類することにした。スコアが25未満になった回復群、スコア25以上が続く継続群、一度25未満になったが再度25以上になった再発群。

5万6388人のうち、97.1%が男性で、登録時点の年齢の中央値は34歳（四分位範囲18～63歳）だった。年月が経過するにつれ、追跡を継続できる隊員の割合は減少していき、6年後には44.3%になった。しかし、5万980人（90.4%）は2年後から6年後までの間に、少なくとも1回は評価を受けてスコアを判定していた。

PTSD疑い例の有病率は、派遣終了後1カ月時点が2.7%で、6年後は1.0%だった。調査期間中の累積発症率は6.75%だった。

PTSD疑い例のIES-Rスコア幾何平均値は、1年後までは徐々に低下したが、それ以降はスコアの低下が非常に緩やかになった。ベースラインのスコアに基づいて対象者を層別化し、分析したところ、スコアが25～88、16～24、11～15、8～10、5～7のいずれのグループでも、IES-Rスコアは1年後まで徐々に低下し、それ以降はほぼ安定した値を維持していた。

ベースラインでPTSD疑いと判定された患者の大半は、時間とともに回復していたが、一部の患者では症状の持続または再発を経験していた。

PTSD疑い判定に強力に関連する危険因子は、本人の被災経験（被災していない隊員と比較したハザード比は1.96：95%信頼区間1.72-2.24）、派遣期間が3カ月以上（1カ月未満と比較したハザード比は1.75：1.52-2.02）、年齢（25歳以下と比較すると46歳以上のハザード比は2.28：1.79-2.92）、派遣終了後の超過勤務（ほとんどなしと比較すると、3カ月以上超過勤務があった場合のハザード比は1.61：1.39-1.87）だった。遺体の回収作業や被曝リスク下での作業のハザード比は、上記の4要因に比べ小さかった。

これらの結果から著者らは、今後の災害派遣では、ファーストレスポンドーの派遣期間を短くし、派遣終了後の超過勤務を避け、自ら被災経験を持つ人や年齢が高い人に特別な注意を払うことにより、PTSDリスクを軽減できる可能性がある」と結論している。この研究は日本学術振興会などの支援を受けている。

原題は「Assessment of Factors Associated With Long-term Posttraumatic Stress Symptoms Among 56388 First Responders After the 2011 Great East Japan Earthquake」、概要は [JAMA Network Open 誌のウェブサイト](#) で閲覧できる。