

# YSメソッド うつ病臨床 90日プログラム 成果報告書

2017 年 1 月 26 日

YS  クリニック

 一般財団法人  
心の再生医療研究所

# YSメソッド「うつ病臨床90日プログラム」とは

他院でうつ病と診断された方、またはうつ病の傾向にある方を一般公募し、YS ころのクリニックで診察した結果、うつ病と診断された方に、「YS メソッド」による治療を90日間行なった臨床プログラムです。

(公募期間／2014年3月1日から、2015年7月31日まで)

「YS メソッド」による治療開始から90日以内に、どのくらいの効果が出るのかを検討しました。

プログラム参加にあたり、患者さまには、下記を所期条件として、プログラムに参加する意思を確認し、同意の下、開始しました。

## プログラム参加所期条件

- 週1回の通院
- 月に一度以上2日間集中カリキュラムを受診

## 寛解とは

症状が軽減、またはほぼ消失した状態。一般的に精神疾患は再発することが多いという疾病観に基づく。

参加者総数は、87名。そのうち、仕事の都合や家庭の事情、体調不良などの理由により、プログラム継続できず途中終了となった方は26名でした。予定通り90日のプログラムを終えた方は、61名です。

そのうち、90日以内に寛解された方は、48名。全体の寛解率は、78.7%となりました。

この48名のうち初診時に、すでにお薬を処方されていた方25名には、継続して処方。また、お薬を飲用されていなかった方23名には、お薬なしで治療しました。

「YS メソッド」は、カウンセリングとワークカリキュラムを主体とする精神療法ですので、薬物療法との併用が可能となっております。

所期条件を満たして90日を終えた方は22名で、そのうち90日以内に寛解された方は20名です。従いまして、所期条件を満たした方の寛解率は90.9%に及びます。

また、所期条件を満たすことなく90日を終えた方は39名で、そのうち90日以内に寛解された方は28名でした。所期条件を満たしていない方の寛解率は71.8%です。

寛解後の追跡調査では、追跡可能であった43名中42名は全員寛解の状態、また回復の状態が維持されており、全体の再発率は2.3%でした。(2014年3月1日開始から計測、2017年1月26日時点での調査結果)

## YSころのクリニックにおける寛解基準

患者さまご自身で、「うつ状態が概ねなくなった」と明言、または、うつ病の診断基準に対応した簡易抑うつ症状尺度(QIDS)で、5点以下、または、HAM-D17(ハミルトン)で7点以下を満たすと寛解とし、その日を寛解日とします。

寛解日からその状態が6ヶ月以上続くことを、「回復」と定義します。

## 本データの収集方法

この報告書は、被験者から測定、および公開の同意を得て集計したデータを記載しています。

科学データの信用性は「再現性」の有無であり、測定者によって数値が異なってしまうのは問題です。そのため、この報告書にあるデータは、第三者がやり直すことができない自記式で、被験者ご本人に専用の調査票へ回答いただきました。

これにより、測定者の精度や技術レベルによる影響(測定バイアス)、および恣意性を排除しています。

# YSメソッド「うつ病臨床90日プログラム」終了者分析

2017年1月26日現在

## 90日での寛解率

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| ○全体             | 78.7% (48名/61名) |
| ○所期条件を満たした場合    | 90.9% (20名/22名) |
| ○所期条件を満たしていない場合 | 71.8% (28名/39名) |

## 寛解までに要した日数

○所期条件を満たした  
20名の内訳



○所期条件を満たしていない  
28名の内訳



### ◆実施期間

○2014年3月1日～2015年11月30日

### ◆寛解後の再発率

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| ○寛解者全体                     | 再発率 2.3% |
| ※寛解者48名のうち、追跡可能であった方43名の分析 |          |
| ○寛解後まだ6ヵ月未満の者              | 再発率 0%   |
| ※寛解者48名のうち、追跡可能であった方45名の分析 |          |
| ○寛解後6ヵ月以上1年未満の者            | 再発率 2.2% |
| ※寛解者48名のうち、追跡可能であった方45名の分析 |          |

### ◆寛解後の48名の経緯

|                 |     |
|-----------------|-----|
| ○寛解後まだ6ヵ月未満の者   | 0名  |
| ○寛解後6ヵ月以上1年未満の者 | 0名  |
| ○寛解後1年以上経た者     | 48名 |

### ◆分析結果

|               |     |
|---------------|-----|
| ○参加者総数（うつ病患者） | 87名 |
| ○途中終了者        | 26名 |
| ○プログラム終了者     | 61名 |
| ○終了時点寛解者      | 48名 |
| ○終了時点未寛解者     | 13名 |

### ◆通院回数・時間等

|              |      |              |       |
|--------------|------|--------------|-------|
| ○寛解までの平均通院回数 | 13回  | ○寛解までの平均治療時間 | 62時間  |
| ○寛解までの平均治療期間 | 53日間 | ○初発からの平均病悩期間 | 5年5ヵ月 |

### ◆初診時における服薬の有無

|    | 参加者全体 87名   | 終了者 61名     | 寛解者 48名     | 未寛解者 13名   | 途中終了者 26名   |
|----|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| あり | 51名 (58.6%) | 34名 (55.7%) | 25名 (52.1%) | 9名 (69.2%) | 17名 (65.4%) |
| なし | 36名 (41.8%) | 27名 (44.3%) | 23名 (47.9%) | 4名 (30.8%) | 9名 (34.6%)  |

# うつ病臨床90日プログラム寛解者48名の詳細

|    | 性別<br>(年齢) | 寛解までに要した時間 |          |             | 病歴期間      |             | 服薬状況 |     | 就労状況 |      | 寛解後の状況    |           |      |
|----|------------|------------|----------|-------------|-----------|-------------|------|-----|------|------|-----------|-----------|------|
|    |            | 通院<br>回数   | 治療<br>時間 | 治療期間<br>(日) | 他院<br>治療歴 | 初発<br>からの期間 | 初診時  | 寛解後 | 初診時  | 寛解直後 | 6ヶ月<br>まで | 6ヶ月<br>以降 | 1年後  |
| 1  | 男性(37)     | 9          | 41.0     | 47          | 3カ所       | 11年         | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 2  | 男性(56)     | 13         | 61.0     | 85          | 1カ所       | 5カ月         | あり   | 断薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 3  | 女性(36)     | 9          | 41.0     | 39          | 3カ所       | 11カ月        | あり   | 断薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 4  | 男性(27)     | 5          | 21.0     | 51          | 1カ所       | 7年          | あり   | 不明  | 休職   | 転職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 5  | 男性(32)     | 3          | 19.0     | 12          | 2カ所       | 6カ月         | あり   | 断薬  | 無職   | 就職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 6  | 男性(37)     | 5          | 37.0     | 16          | 1カ所       | 8年          | あり   | 同量  | 休職   | 転職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 7  | 女性(23)     | 6          | 38.0     | 20          | 3カ所       | 3年          | あり   | 断薬  | 大学生  | 就職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 8  | 女性(57)     | 12         | 53.0     | 56          | 1カ所       | 7年          | あり   | 同量  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 9  | 男性(45)     | 9          | 57.0     | 23          | 1カ所       | 10年         | あり   | 減薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 10 | 女性(56)     | 3          | 19.0     | 11          | なし        | 1年6カ月       | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 11 | 男性(53)     | 14         | 62.0     | 50          | 3カ所       | 6年          | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 12 | 女性(35)     | 7          | 18.0     | 25          | 4カ所       | 13年         | あり   | 減薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 13 | 女性(28)     | 19         | 108.0    | 85          | 1カ所       | 11年         | あり   | 同量  | 無職   | 連絡不能 | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 14 | 女性(38)     | 20         | 80.5     | 65          | 6カ所       | 20年         | なし   | —   | 無職   | 就職準備 | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 15 | 男性(56)     | 8          | 22.0     | 31          | 1カ所       | 5年          | なし   | —   | 休職   | 復職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 16 | 男性(57)     | 14         | 74.0     | 86          | 2カ所       | 5年          | あり   | 同量  | 休職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 17 | 女性(35)     | 6          | 25.0     | 39          | 1カ所       | 11年         | なし   | —   | 就業中  | 転職   | 寛解        | 回復        | 連絡不能 |
| 18 | 女性(47)     | 10         | 35.0     | 69          | なし        | 1年6カ月       | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 19 | 女性(17)     | 12         | 76.0     | 58          | 2カ所       | 4年          | なし   | —   | 高校生  | 連絡不能 | 寛解        | 連絡不能      | 連絡不能 |
| 20 | 女性(54)     | 1          | 2.0      | 1           | あり        | 3年          | なし   | —   | 無職   | 就職準備 | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 21 | 男性(52)     | 13         | 68.0     | 58          | 2カ所       | 27年         | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 22 | 男性(51)     | 3          | 20.0     | 9           | 1カ所       | 2カ月         | なし   | —   | 休職   | 復職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 23 | 女性(40)     | 12         | 56.0     | 55          | 1カ所       | 1年5カ月       | あり   | 断薬  | 休職   | 復職   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 24 | 男性(59)     | 19         | 103.0    | 68          | 2カ所       | 1年8カ月       | あり   | 減薬  | 無職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 連絡不能 |
| 25 | 女性(33)     | 13         | 69.5     | 65          | 3カ所       | 9年          | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 26 | 女性(39)     | 9          | 44.0     | 30          | 1カ所       | 10年         | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 27 | 女性(48)     | 13         | 75.0     | 41          | 1カ所       | 8カ月         | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 28 | 男性(32)     | 9          | 52.0     | 58          | 2カ所       | 8年          | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 29 | 女性(41)     | 15         | 84.0     | 64          | 1カ所       | 10年         | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 30 | 男性(58)     | 16         | 91.0     | 69          | 1カ所       | 5年          | あり   | 断薬  | 休職   | 復職   | 寛解        | 回復        | 連絡不能 |
| 31 | 男性(69)     | 13         | 46.0     | 77          | 1カ所       | 2年          | あり   | 断薬  | 定年退職 | 同左   | 連絡不能      | 回復        | 回復   |
| 32 | 男性(39)     | 10         | 61.0     | 81          | 1カ所       | 1年4カ月       | あり   | 減薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 33 | 男性(42)     | 12         | 56.0     | 61          | 1カ所       | 2カ月         | あり   | 断薬  | 休職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 34 | 女性(54)     | 11         | 51.0     | 82          | なし        | 2年9カ月       | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 35 | 男性(32)     | 8          | 36.0     | 12          | 1カ所       | 10年         | なし   | —   | 休職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 36 | 男性(29)     | 13         | 72.0     | 46          | 2カ所       | 10年         | あり   | 同量  | 無職   | 就業中  | 寛解        | 連絡不能      | 連絡不能 |
| 37 | 女性(31)     | 30         | 134.0    | 65          | 1カ所       | 9カ月         | なし   | —   | 無職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 38 | 女性(53)     | 27         | 130.0    | 70          | 4カ所       | 20年         | なし   | —   | 無職   | 就業中  | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 39 | 女性(43)     | 13         | 69.0     | 58          | 6カ所       | 20年         | あり   | 減薬  | 無職   | 同左   | 連絡不能      | 再燃        | 再燃   |
| 40 | 男性(32)     | 14         | 72.0     | 92          | 1カ所       | 10年         | あり   | 減薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 41 | 男性(39)     | 16         | 88.0     | 75          | 1カ所       | 4カ月         | なし   | —   | 休職   | 復職準備 | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 42 | 女性(29)     | 38         | 157.0    | 87          | 1カ所       | 4カ月         | なし   | —   | 休職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 43 | 女性(23)     | 27         | 137.5    | 66          | 3カ所       | 10カ月        | あり   | 同量  | 休職   | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 44 | 男性(50)     | 12         | 78.0     | 53          | 2カ所       | 4年          | あり   | 断薬  | 無職   | 就職準備 | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 45 | 女性(25)     | 5          | 30.0     | 24          | 2カ所       | 1年          | あり   | 同量  | 就業中  | 同左   | 連絡不能      | 連絡不能      | 回復   |
| 46 | 女性(39)     | 13         | 74.0     | 79          | 1カ所       | 6カ月         | あり   | 断薬  | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 47 | 女性(57)     | 17         | 92.0     | 89          | 3カ所       | 6年          | なし   | —   | 就業中  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |
| 48 | 男性(17)     | 14         | 52.0     | 63          | 1カ所       | 8カ月         | あり   | 断薬  | 高校生  | 同左   | 寛解        | 回復        | 回復   |

※この報告書の各データは本人の了承の上、開示しています