早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書（Web 公開用）

申請者（ふりがな）	加藤実祐紀（　かとうみゆき　）
所属・資格（※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載）	人間科学研究科修士課程２年
発表年月 または事業開催年月	2023 年 10 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本認知・行動療法学会第 49 回大会
発表者（※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること）	加藤実祐紀、内田太朗、熊野宏昭
発表題目（※学会発表の場合のみ記載）	摂食障害に対する ACT 介入の効果に関する文献レビュー

発表の概要と成果（抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。）

摂食障害(Eating disorder: ED)は摂食または摂食に関連した行動の持続的な障害によって特徴づけられる疾患である(APA, 2014)。現在、治療には認知行動療法(CBT) が広く用いられている。一方で、摂食障害の認知行動療 法改良版(CBT-E)は治療の完遂による有効性が認められているものの、脱落率が高いことが指摘されている(安藤, 2020)。ED の多くの病型に見られる過食には、ストレスに対する対処行動という側面もある。過食を行う者は、過食をやめたいと考えつつ、こうした魅力のため手放すことへ抵抗感も持ち合わせている。CBT では過食を 問題行動と捉え、そのコントロールを治療方針として前 面に掲げられていることから、治療導入の失敗や脱落に つながっていると考えられる。その点、過食そのものを 直接コントロールしようとする技法ではないマインドフルネスに基づくアプローチは治療の導入や継続に利点を 有していると考えられる(花澤, 2012)。アクセプタンス & コミットメントセラピー(ACT)はマインドフルネスを組み込んだ介入とされている(Segal et al., 2002 菅村訳 2007)。そのため、ACT による ED に対するアプローチが有効な可能性がある。近年では ED への ACT の介入も行われている(Sandoz, 2011)。しかし、ACT による ED への効果を調べた研究はほとんどない。そこで、ED に対して ACT の介入を行った先行研究を概観し、その効果をまとめ、限界点を整理した内容をまとめ、発表した。

適格基準や除外基準を決めた上で先行研究を探索し、それによって得られた研究を分析した。その結果、3 件の海外文献が抽出された。

それぞれの文献を参照した結果、ACT に基づく介入は ED の様々な病型においての病態改善や、過食行動の減少に効果があることが示された。

限界点として今後はエビデンスレ ベルの高いデザインで検討が進むこと、ACT 介入による脱落率についての検討も行うことが望まれる。

以上の内容を抄録やポスターにまとめた上で会場にてポスター発表を行なった。発表時間以外に立ち寄ってくださった方に持ち帰っていただくため用意したリーフレットは10枚全てもらっていただけており、発表時間中にも８人程度の方に質問していただけた。

※無断転載禁止