

Sakai F, et al. Diagnosis, knowledge, perception, and productivity impact of headache education and clinical evaluation program in the workplace at an information technology company of more than 70,000 employees.

Cephalalgia. 2023 Apr;43(4):3331024231165682. doi: 10.1177/03331024231165682.

【背景・目的】片頭痛は有病率が高く、多くの生活支障度を引き起こすことが知られている。職場においても生産性低下の原因となり、莫大な経済的損失を生み出している実態も明らかにされている。本研究では、IT 企業の 7 万人以上の社員を対象に、イントラネットを利用して頭痛に関する教育プログラムを提供すると同時に頭痛の疫学調査を行った。さらに、希望者には専門医による診療を行って、治療介入によって得られる経済的効果を評価した画期的な研究である。

【方法・結果】富士通社員の 90.5%に相当する 73432 名を対象に、e-learning を用いて、頭痛性疾患の診断と治療、日常生活に与えるインパクト、頭痛に優しい職場環境の創造などについての教育プログラムを提供した。受講者の同時に頭痛の有無や、頭痛があった場合はその性状や対処法についてアンケート調査を行った。参加者の 82% は男性であった。頭痛のないものは 29.8%であり、16.7% (女性は 26.2%)が片頭痛に、40.67%が緊張型頭痛に、0.5%が群発頭痛をそれぞれ有していると推測された。頭痛を有していた者の 5.1%は頭痛の程度が重度～中等度と回答したが、36.9%は何もしないで頭痛が消失するまで待つと回答し、35.7%は OTC を使用すると回答した。処方薬を求めて受診したと回答したのはわずか 3.7%であった。頭痛を有している者で、受診を継続している患者は 2.4%で、16.5%は過去に受診歴があり、81.1%は一度も受診歴がなかった。頭痛について連想する言葉については、天気、脳疾患の警告サイン、片頭痛、肩こりなどが多かった。また、頭痛を有さない者の 82.9%が e-learning を受けたことで、頭痛のある同僚に対する態度を変えると回答した。さらに、全参加者の 72.5%は、頭痛への理解が変わったと回答した。頭痛が生活に有意なインパクトを与えていると考える者の割合は、e-learning 前後で 46.8%から 70.6%へと増加した。なお、e-learning 視聴した 96.3%は内容を理解できると回答した。本研究の参加者とその家族からなる 247 名が、バーチャルで頭痛のコンサルテーションを受けた。頭痛診断が明らかになったこと、OTC 以外の治療選択肢があることを知ったこと、頭痛による支障への意識が上がったこと、頭痛に関連した不安が軽減したことなどがその効用として挙げられた。6 カ月後には頭痛による欠勤は 3 カ月当たりで 0.72 日から 0.45 日へと減少した。頭痛によって生産性が半分以上に低下した日数は 3 カ月当たりで 16.7 日から 13.3 日へと減少した。それによって、1 従業員あたり年間 4531 ドル相当の生産性向上が得られたと試算された。

【結論・コメント】本研究は、大きな規模で職場の頭痛性疾患の実態を明らかにしただけでなく、e-learning によって頭痛教育を行って、頭痛患者に対して優しい職場環境を作り出したことや、専門医の介入によって頭痛性疾患患者の意識を変えて、頭痛改善による経済的効果を実証した点で世界でも類を見ない研究と考えられる。このような試みができるだけ多くの職場に波及することが望まれる。