Kobe University Repository : Kernel

PDF issue: 2025-06-27

Alexithymia and its Relationships with Eating Behavior, Self Esteem, and Body Esteem in College Women

Sasai, Keiko

(Degree)
博士（医学）

(Date of Degree)
2011-03-25

(Date of Publication)
2011-09-08

(Resource Type)
doctoral thesis

(Report Number)
甲5119

(URL)
https://hdl.handle.net/20.500.14094/D1005119

※ 当コンテンツは神戸大学の学術成果です。無断複製・不正使用等を禁じます。著作権法で認められている範囲内で、適切にご利用ください。

氏　　名	笹井　惠子
博士の専攻分野の名称	博士（医学）
学　位　記　番　号	博い第 5119 号
学位授与の　要　件	学位規則第 5 条第 1 項該当
学位授与の　日　付	平成 23 年 3 月 25 日

【 学位論文題目 】

Alexithymia and its Relationships with Eating Behavior, Self Esteem, and Body Esteem in College Women(女子大学生におけるアレキシサイミアと食行動、セルフエスティーム、ボディエスティームの関係)

審　査　委　員

主　査　　教　授　西尾　久英

教　授　秋田　穂束

教　授　秋田　穂束

教　授　上野　易弘

学位論文の内容要旨

Alexithymia and its Relationships with Eating Behavior, Self Esteem, and Body Esteem in College Women

女子大学生におけるアレキシサイミアと食行動，セルフエスティーム，ボディエスティームの関係

神戸大学大学院医学系研究科医科学専攻
精神医学
（指導教員：戸田達史教授）

笹井　惠子

はじめに

アレキシサイミア（失感情症）は，自らの喜怒哀楽などの感情や身体感覚を気づかない，あるいは感情を言語的に表現することの困難さ，自己の内面への無関心などの心理的特徴を有する病態のことをいう。Taylor らによって，20 問の自己記入式アレキシサイミア測定尺度 Toronto Alexithymia Scale（TAS-20）が開発され，有用性の高い自記式評価尺度の 1 つとして世界的に用いられている。

近年，アレキシサイミアは，神経性食欲不振症（AN），神経性過食症（BN），むちゃ食い障害（BED）を有する摂食障害患者に見つかることが明らかになってきた。また，医学的治療を受けていない非臨床群の 0～28%にもアレキシサイミアが見られることが報告されている。しかし，わが国の摂食障害患者および非臨床群におけるアレキシサイミアの発症率についての報告は少なく，アレキシサイミアの危険因子についても明らかではない。これらを明らかにすることは，アレキシサイミアおよび摂食障害患者の治療に有益な視点を与えるものであり，非臨床群，特に女子大学生におけるアレキシサイミアや食行動異常の特徴を明らかにすることはその後の摂食障害への進展の予防において重要であると考えられる。

目的

本研究の目的は以下の通りである。

1. アレキシサイミアが非臨床群の女子大学生においてどの程度存在するかを明らかにすること。
2. アレキシサイミアと非アレキシサイミアの肥満度指数（BMI），食行動，セルフエスティーム，ボディエスティームを比較すること。
3. アレキシサイミアに関連した危険因子を同定すること。
4. アレキシサイミアと非アレキシサイミアで摂食障害の有病率を比較すること。

方法

対象者は，本研究について文書によって説明し，同意の得られた関西地区在住の日本人女子大学生で，保育もしくは福祉のコースを専攻する合計 313 人である。対象者の年齢，身長，体重，TAS-20, Eating Attitude Test (EAT-26), Rosenberg Self Esteem Scale (RSES), Body Esteem Scale (BES)（すべて日本語版）を解析の対象とした。

結果

欠損値があったものを省き，313 人中 300 人のデータを解析対象とした。対象者の平均年齢は 19±0.9 歳，BMI は 20.5±2.5（kg/m²）であった。300 人の女子学生のうち，TAS-20 合計点において，61 点以上（アレキシサイミア群）を記録した学生は 86 人（28.7%）で，EAT-26 合計点の 20 点以上（摂食障害群）の学生は 26 人（8.7%）であった。

年齢（z=0.15, p=0.88），BMI（z=1.20, p=0.23）において，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群において有意差は見られなかった。EAT-26 合計点において，アレキシサイミア群（11.6±7.9）は，非アレキシサイミア群（9.9±6.3）より高い平均値を示したものの，有意差はなかった（z=-1.06, p=0.11）。EAT-26 の下位因子「過食と食べ物への没頭因子」において，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群に有意傾向があった（z =-1.87, p = 0.06）。RSES 合計点において，アレキシサイミア群（25.4±6.4）は非アレキシサイミア群（31.4±6.1）より，有意に低かった（z =-6.69, p< 0.001）BES 合計点，BES の下位因子「外見因子」と「体重因子」において，アレキシサイミア群（それぞれ，23.3±11.6, 9.7±5.6, 9.8±5.9）は，非アレキシサイミア群（それぞれ，29.4±13.0,13.3±6.5, 11.7±6.4）より有意に低かった（それぞれ，t = 3.99, p< 0.001, z=-4.24, p<0.001, t=2.40, p=0.02）。

TAS-20 合計点は，EAT-26 合計点（r=0.12, p<0.05）と，EAT-26 の下位因子「過食と食べ物への没頭因子」（r=0.14, p<0.05）に正の相関があり，RSES 合計得点（r=-0.44, p<0.001），BES 合計得点（r=-0.22, p<0.001），BES の下位因子「外見因子」（r=-0.23, p<0.001）と「体重因子」（r=-0.12, p<0.05）において負の相関があった。

女子大学生のアレキシサイミアにおける危険因子を決定するために，TAS-20 合計得点を従属変数にし，重回帰分析法を実行した結果，アレキシサイミアにおいて，RSES が関係していることが分かった。

アレキシサイミア群（14.0%）における ED の発症率は，非アレキシサイミア群（6.5%）より有意に高かった（χ =4.26, d.f =1, p=0.039, オッズ比 2.31, 95%の信頼区間 1.02-4.59）。

考察

我々の研究においては，非臨床の女子大学生におけるアレキシサイミア罹患率は，過去の研究結果（13%～19%）と比較して高いことが分かった（28.7%）。しかし守口らの報告によると，TAS-20 合計点が年齢と負の相関があり，10 代で高く，およそ 30 歳までに減少し，その後は比較的不変のままであるという。そのため我々の被験者が，平均年齢 19 歳といった 10 代の女子大学生集団であったことを考慮する必要がある。

われわれが予測したように，非臨床の女子大学生において，摂食障害の潜在性罹患率が，アレキシサイミア群（14.0%）で非アレキシサイミア群（6.5%）より，有意に高かったことが示唆された。EAT-26 合計点とその下位因子「過食と食べ物への没頭因子」は，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群間で有意差はなかったが，EAT-26 合計点とその下位因子「過食と食べ物への没頭因子」は，女子大学生において TAS-20 合計点と正の相関があった。一方，TAS-20 合計点と EAT-26 の下位因子「ダイエット因子」と「食事コントロール因子」には相関はみられなかった。以上の結果は，アレキシサイミアにおいて，摂食行動異常や，過食や食べ物に没頭する傾向がみられるということを示唆するものであり，アレキシサイミアが，特に過食行動が起こる時の感情を特定することが困難であるという BN の心理特徴を示しているのかもしれない。先行研究には，アレキシサイミアと強迫神経症との関係を示唆するものや，アレキシサイミアを持ち BED である者が，アレキシサイミアではない者より，外見的評価や身体的な満足感が乏しいという Carano らによる報告もある。以上のようにアレキシサイミアにおいて，BN や BED，強迫神経症との関係が示されことから，今後さらに，アレキシサイミアと摂食障害のサブタイプとの関係を調査する必要がある。

さらに RSES 合計点と BES 合計点とその下位因子「外見因子」と「体重因子」において，アレキシサイミア群は非アレキシサイミア群より有意に低く，女子大学生において TAS-20 合計点と負の相関があった。食行動異常と，低いセルフエスティーム，身体へのネガティブな自己評価の関係は幅広く観測されている。この結果は，低いセルフエスティームや低いボディエスティームが，アレキシサイミアと関係している可能性を示唆している。またアレキシサイミア群と非アレキシサイミア群の 2 つのグループ間で BMI に有意差がなく，女子学生において TAS-20 合計点と BMI に相関もなかったことから，女子大学生におけるアレキシサイミアにおいては，実際のボディサイズ（身長，特に体重および BMI）には関心を持たず，たとえ標準的な体重であろうとも，彼ら自身の描くボディイメージによる評価基準と，実際の彼ら自身のボディイメージとのギャップに悩まされていることが明らかになったといえるだろう。

また，重回帰分析において，アレキシサイミアの危険因子として，低いセルフエスティームが関係していることが明らかになった。過去の研究報告にもあるように，低いセルフエスティームは，摂食障害との関連も示唆されており，アレキシサイミアにおいても重要な危険因子であることが示されたため，アレキシサイミアや摂食障害の予防には，セルフエスティームを評価し高めていくことが，効果的な方法の 1 つとなるだろう。つまり女子大学生とって，自分の感情に触れ，気づき，表現することを励ますことが重要であるといえる。

本研究において，いくつかの限界があった。まずはすべてのデータが，自己記述式尺度であること，次にこの研究の結果が，男性や一般集団に標準化することができないという点である。最後に抑うつ状態やうつ病がアレキシサイミアや セルフエスティームに関係していることが示唆されている。我々は被験者のうつ状態の評価を行わなかった点も限界があると考える。

しかし，本研究はアレキシサイミアが，日本の女子大学生において一般的にみられること，アレキシサイミアがセルフエスティームとボディエスティームに強く関係し，食行動への影響があることを明らかにできたものと考える。

神戸大学大学院医学系研究科（博士課程）

論文審査の結果の要旨

受付番号	甲 第２１５１号	氏　名	笹井 惠子
論文題目 Title of Dissertation	Alexithymia and its Relationships with Eating Behavior, Self Esteem, and Body Esteem in College Women 女子大学生におけるアレキシサイミアと食行動，セルフエスティーム，ボディエスティームの関係		
審査委員 Examiner	主　査 Chief Examiner 副　査 Vice-examiner 副　査 Vice-examiner	西尾久英 秋田穂束 辻野易弘	

（要旨は１，０００字～２，０００字程度）

はじめに

アレキシサイミア（失感情症）は，自らの喜怒哀楽などの感情や身体感覚を気づかない，あるいは感情を言語的に表現することの困難さ，自己の内面への無関心などの心理的特徴を有する病態のことをいう。Taylor らによって，20 問の自己記入式アレキシサイミア測定尺度 Toronto Alexithymia Scale（TAS-20）が開発され，有用性の高い自記式評価尺度の１つとして世界的に用いられている。

近年，アレキシサイミアは，神経性食欲不振症（AN），神経性過食症（BN），むちゃ食い障害（BED）を有する摂食障害患者に見つかることが明らかになってきた。また，医学的治療を受けていない非臨床群の 0～28%にもアレキシサイミアが見られることが報告されている。しかし，わが国の摂食障害患者および非臨床群におけるアレキシサイミアの発症率についての報告は少なく，アレキシサイミアの危険因子についても明らかではない。これらを明らかにすることは，アレキシサイミアおよび摂食障害患者の治療に有益な視点を与えるものであり，非臨床群，特に女子大学生におけるアレキシサイミアや食行動異常の特徴を明らかにすることはその後の摂食障害への進展の予防において重要であると考えられる。

目的

本研究の目的は以下の通りである。

1. アレキシサイミアが非臨床群の女子大学生においてどの程度存在するかを明らかにすること。
2. アレキシサイミアと非アレキシサイミアの肥満度指数（BMI），食行動，セルフエスティーム，ボディエスティームを比較すること。
3. アレキシサイミアに関連した危険因子を同定すること。
4. アレキシサイミアと非アレキシサイミアで摂食障害の有病率を比較すること。

方法

対象者は，本研究について文書によって説明し，同意の得られた関西地区在住の日本人女子大学生で，保育もしくは福祉のコースを専攻する合計 313 人である。対象者の年齢，身長，体重，TAS-20，Eating Attitude Test（EAT-26），Rosenberg Self Esteem Scale（RSES），Body Esteem Scale（BES）（すべて日本語版）を解析の対象とした。

結果

欠損値があったものを省き，313 人中 300 人のデータを解析対象とした。対象者の平均年齢は 19±0.9 歳，BMI は 20.5±2.5（kg/m2）であった。300 人の女子学生のうち，TAS-20 合計点において，61 点以上（アレキシサイミア群）を記録した学生は 86 人（28.7%）で，EAT-26 合計点の 20 点以上（摂食障害群）の学生は 26 人（8.7%）であった。

年齢（z=0.15, p=0.88），BMI（z=1.20, p=0.23）において，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群において有意差は見られなかった。EAT-26 合計点において，アレキシサイミア群（11.6±7.9）は，非アレキシサイミア群（9.9±6.3）より高い平均値を示したものの，有意差はなかった（z=-1.06, p=0.11）。EAT-26 の下位因子「過食と食べ物への没頭因子」において，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群に有意傾向があった（z =-1.87, p = 0.06）。RSES 合計点において，アレキシサイミア群（25.4±6.4）は非アレキシサイミア群（31.4±6.1）より，有意に低かった（z =-6.69, p< 0.001）BES 合計点，BES の下位因子「外見因子」と「体重因子」において，アレキシサイミア群（それぞれ，23.3±11.6, 9.7±5.6, 9.8±5.9）は，非アレキシサイミア群（それぞれ，29.4±13.0, 13.3±6.5, 11.7±6.4）より有意に低かった（それぞれ，t = 3.99, p< 0.001, z=-4.24, p<0.001, t=2.40, p=0.02）。

TAS-20 合計点は，EAT-26 合計点（r=0.12, p<0.05）と，EAT-26 の下位因子「過食と食べ物への没頭因子」（r=0.14, p<0.05）に正の相関があり，RSES 合計得点（r=-0.44, p<0.001），BES 合計得点（r=-0.22, p<0.001），BES の下位因子「外見因子」（r=-0.23, p<0.001）と「体重因子」（r=-0.12, p<0.05）において負の相関があった。

女子大学生のアレキシサイミアにおける危険因子を決定するために，TAS-20 合計得点を従属変数にし，重回帰分析法を実行した結果，アレキシサイミアにおいて， RSES が関係していることが分かった。

アレキシサイミア群（14.0%）における ED の発症率は，非アレキシサイミア群（6.5%）より有意に高かった（χ=4.26, d.f =1, p=0.039, オッズ比 2.31, 95%の信頼区間 1.02-4.59）。

考察

本研究においては，非臨床の女子大学生におけるアレキシサイミア罹患率は，過去の研究結果（13%～19%）と比較して高いことが分かった（28.7%）。しかし守口らの報告によると，TAS-20 合計点が年齢と負の相関があり，10 代で高く，およそ 30 歳までに減少し，その後は比較的不変のままであるという。そのため本研究の被験者が，平均年齢 19 歳といった 10 代の女子大学生集団であったことを考慮する必要がある。

われわれが予測したように，非臨床の女子大学生において，摂食障害の潜在性罹患率が，アレキシサイミア群（14.0%）で非アレキシサイミア群（6.5%）より，有意に高かったことが示唆された。EAT-26 合計点とその下位因子「過食と食べ物への没頭因子」は，アレキシサイミア群と非アレキシサイミア群間で有意差はなかったが，EAT-26 合計点とその下位因子「 過食と食べ物への没頭因子」は，女子大学生において TAS-20 合計点と正の相関があった。一方，TAS-20 合計点と EAT-26 の下位因子「ダイエット因子」と「食事コントロール因子」には相関はみられなかった。以上の結果は，アレキシサイミアにおいて，摂食行動異常や，過食や食べ物に没頭する傾向がみられるということを示唆するものであり，アレキシサイミアが，特に過食行動が起こる時の感情を特定することが困難であるという BN の心理特徴を示しているのかもしれない。先行研究には，アレキシサイミアと強迫神経症との関係を示唆するものや，アレキシサイミアを持ち BED である者が，アレキシサイミアではない者より，外見的評価や身体的な満足感が乏しいという Carano らによる報告もある。以上のようにアレキシサイミアにおいて，BN や BED，強迫神経症との関係が示されことから，今後さらに，アレキシサイミアと摂食障害のサブタイプとの関係を調査する必要がある。

さらに RSES 合計点と BES 合計点とその下位因子「外見因子」と「体重因子」において，アレキシサイミア群は非アレキシサイミア群より有意に低く，女子大学生において TAS-20 合計点と負の相関があった。食行動異常と，低いセルフエスティーム，身体へのネガティブな自己評価の関係は幅広く観測されている。この結果は，低いセルフエスティームや低いボディエスティームが，アレキシサイミアと関係している可能性を示唆している。またアレキシサイミア群と非アレキシサイミア群の 2 つのグループ間で BMI に有意差がなく，女子学生において TAS-20 合計点と BMI に相関もなかったことから，女子大学生におけるアレキシサイミアにおいては，実際のボディサイズ（身長，特に体重および BMI）には関心を持たず，たとえ標準的な体重であろうとも，彼ら自身の描くボディイメージによる評価基準と，実際の彼ら自身のボディイメージとのギャップに悩まされていることが明らかになったといえるだろう。

また，重回帰分析において，アレキシサイミアの危険因子として，低いセルフエスティームが関係していることが明らかになった。過去の研究報告にもあるように，低いセルフエスティームは，摂食障害との関連も示唆されており，アレキシサイミアにおいても重要な危険因子であることが示されたため，アレキシサイミアや摂食障害の予防には，セルフエスティームを評価し高めていくことが，効果的な方法の 1 つとなるだろう。つまり女子大学生とって，自分の感情に触れ，気づき，表現することを励ますことが重要であるといえる。

本研究において，いくつかの限界があった。まずはすべてのデータが，自己記述式尺度であること，次にこの研究の結果が，男性や一般集団に標準化することができないという点である。最後に抑うつ状態やうつ病がアレキシサイミアや セルフエスティームに関係していることが示唆されている。本研究は被験者のうつ状態の評価を行わなかった点も限界があると考える。

しかし，本研究はアレキシサイミアが，日本の女子大学生において一般的にみられること，アレキシサイミアがセルフエスティームとボディエスティームに強く関係し，食行動への影響があることを明らかにできたものと考える。

本研究は、若年女性の心理的病態のうち、特にアレキシサイミア傾向について研究したものであるが、従来ほとんど行われなかったアレキシサイミア傾向と食行動、セルフエスティーム、ボディエスティームとの関連性について重要な知見を得たものとして価値ある集積と認める。よって、本研究者は、博士（医学）の学位を得る資格があると認める。