

## RCTとメタ解析からみた うつ病と不眠症への心理介入の性能 —症状改善から脳機能・社会機能まで



講師：坂田 昌嗣

名古屋市立大学 大学院医学研究科  
こころの発達医学寄附講座 講師

日時：2025年1月20日(月)17:00～

場所：名古屋市立大学 桜山キャンパス

医学部研究棟11階 講義室B

本セミナーはZOOMによるオンライン配信も致します。オンラインでの参加は下記URL又はQRコードからログインしてください。

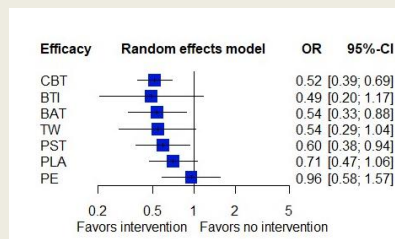
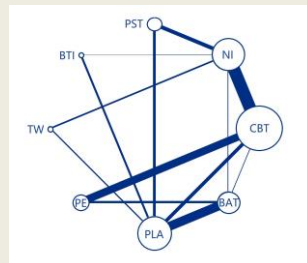
URL: <https://us06web.zoom.us/j/85055638357>

ミーティング ID: 850 5563 8357 パスコード: 20250120



うつ病と不眠症は特に有病率の多いメンタルヘルスの問題であり、社会が抱える疾病負荷も小さくありません。両者ともに心理療法と薬物療法の有効性が示されていますが、近年報告されるRCTとメタ解析の結果からは、心理療法の優位性が明らかとなり、世界のガイドラインでの位置づけも変化しつつあります。

心理療法の中でも構造化され短期で終結する認知行動療法(CBT)が注目を集めています。本講義では、うつ病予防と不眠症に対するCBTの効果、特に長期的な効果や有効要素の分析について、講師が関与した複数のRCTやメタ解析を通じて紹介します。



世話人：山川和弘（医学研究科・神経発達症遺伝学分野）

TEL: 052-851-5612, E-mail: yamakawa@med.nagoya-cu.ac.jp