

# IES-R (改訂 出来事インパクト尺度)

お名前 \_\_\_\_\_ (男・女 \_\_\_\_\_ 歳) 記入日 H \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

下記の項目はいずれも、強いストレスを伴うような出来事に巻き込まれた方々に、後になって生じることのあるものです。 \_\_\_\_\_ に関して、本日を含む最近の1週間では、それぞれの項目の内容について、どの程度強く悩まされましたか。あてはまる欄に○をつけてください。

(なお回答に迷われた場合は、不明とせず、もっとも近いと思うものを選んでください。)

	(最近の1週間の状態についてお答えください)	0. 全くなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
1	どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、そのときの気持ちがぶりかえしてくる。					
2	睡眠の途中で目がさめてしまう。					
3	別のことをしていても、そのことが頭から離れない。					
4	イライラして、怒りっぽくなっている。					
5	そのことについて考えたり思い出すときは、なんとか気を落ちつかせるようにしている。					
6	考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことがある。					
7	そのことは、実際に起きなかったとか、現実のことではなかったような気がする。					
8	そのことを思い出させるものには近よらない。					
9	そのときの場面が、いきなり頭にうかんでくる。					
10	神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでどきどきしてしまう。					
11	そのことは考えないようにしている。					
12	そのことについては、まだいろいろな気持ちがあるが、それには触れないようにしている。					
13	そのことについての感情は、マヒしたようである。					
14	気がつくと、まるでそのときにもどってしまったかのように、ふるまったり感じたりすることがある。					
15	寝つきが悪い。					
16	そのことについて、感情が強くこみあげてくることがある。					
17	そのことを何かと忘れようとしている。					
18	ものごとに集中できない。					
19	そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、どきどきすることがある。					
20	そのことについての夢を見る。					
21	警戒して用心深くなっている気がする。					
22	そのことについては話さないようにしている。					

(東京都医学総合研究所)

## 「IES-R」の使い方

### IES-R(Impact of Event Scale-Revised) 改訂出来事インパクト尺度日本語版

- \* IES-R は旧 IES (Horowitz et al, 1979) の改訂版として、米国の Weiss らが開発した心的外傷性ストレス症状を測定するための自記式質問紙である。旧 IES は侵入症状7項目、回避症状8項目の計15項目より構成されているが、IES-R は過覚醒症状項目を追加し計22項目より構成されている。IES-R 日本語版は集団災害から個別被害まで、幅広い種類の心的外傷体験曝露者の症状測定が可能であり、横断調査、症状経過観察、スクリーニング目的などに、すでに広く使用されている。
- \* 使用法 「教示」の空欄部分(下線部)に当該の外傷的出来事(例:地震、事件被害、事故)を記入し配布する。
- \* 採点法 各選択肢の得点 0-4 点を合計し、尺度全体ないし下位尺度ごとの得点とする。
- \* 下位尺度構成は次のとおりである (下記 Weiss 論文参照)。

侵入症状 Intrusion	(8項目); 1, 2, 3, 6, 9, 14, 16, 20
回避症状 Avoidance	(8項目); 5, 7, 8, 11, 12, 13, 17, 22
過覚醒症状 Hyperarousal	(6項目); 4, 10, 15, 18, 19, 21
- \* 再テスト信頼性: 2週間後の再テスト (N=114) スピアマン順位相関係数  $r=.86$  ( $p=0.0001$ )
- \* 内部一貫性 (4 集団: 工場労働者、阪神震災、毒物混入事件、地下鉄サリン事件被害者)

Cronbach's $\alpha$ 係数	=.92-.95 (Total) ,	=.88-.91 (Intrusion)
	=.81-.90 (Avoidance) ,	=.80-.86 (Hyperarousal)
- \* カットオフ – 合計得点 24/25 (PTSD+partial PTSD のスクリーニング目的)

早期 (毒物混入事件)	感度=.89, 特異性=.93, 陽性的中率=.80, 陰性的中率=.96
長期 (阪神淡路震災)	感度=.75, 特異性=.71, 陽性的中率=.44, 陰性的中率=.90

この調査はあくまでもストレス症状を調べるものであり、診断をするものではありません。  
診断及び治療が必要な場合は、精神科機関を紹介してください。

PTSD 症状の高い人をスクリーニングする目的では、25点以上を要支援者とします。

#### \* 参考文献

- Asukai, N., Kato, H., Kawamura, N., Kim, Y., Yamamoto, K., Kishimoto, J., Miyake, Y., Nishizono-Maher, A. :Reliability and validity of the Japanese-language version of the Impact of Event Scale-Revised(IES-R-J):Four Studies on different traumatic events. *The Journal of Nervous and Mental Disease* 190:175-182, 2002
- Weiss, D. S. :The Impact of Event Scale-Revised. In:Wilson, J. P., Keane T. M. eds., *Assessing psychological trauma and PTSD(Second Edition)*. The Guilford Press, New York, pp168-189, 2004