

THINC-it[®]

PARTICIPANT LEAFLET

THINC-it[®]を行う皆さまへ

THINC-it[®]

1. THINC-it®を行うにあたって

うつ病などの気分が障害される病気は、主に下記のような脳機能の種類（スキル）に影響を与えるとされています。あなたの記憶力、集中力、注意力など日常生活に影響を与える脳機能が、どのように障害されているかを把握する目的で、「THINC-it®」というアプリゲームを行っていただきます。

影響を受けるスキル	
 注意・集中力	特定の対象、行動、考えに集中する能力
 記憶力	物事を思い出す能力
 実行機能	計画を策定し考えを整理する能力

うつ病など気分の落ち込みの様な気分症状を呈する病気に罹ると、こうした脳機能の本来の力を十分に出すことができず、日常生活や仕事などにおける「生活の質」に影響する可能性があります。

2. THINC-it®とは

THINC-it®は、5つの課題（ゲーム）や質問で構成されており、考える能力、記憶する能力、集中する能力を評価します。

所要時間は
10～15分

THINC-it®の所要時間は10～15分です。開始する前に、主治医から実施方法の説明があり、終了後は結果についての話し合いがあります。

このテストは、中断させられたり気が散ったりすることのない、快適で明るく静かな場所で行ってください。

THINC-it®は、5つの課題（ゲーム）で構成されています。

ゲームの名前

確認できる能力

SPOTTER

(CRT taskに基づく)



注意・集中力を測定します

SYMBOL CHECK

(One back testに基づく)



記憶力を測定します

CODEBREAKER

(DSSTに基づく)



さまざまな認知スキル、特に問題解決力や集中力を測定します

TRAILS

(TMT-Bに基づく)



どのように数字や文字を線でたどるかを評価することで、計画を策定し問題を解決する能力を測定します

PDO-D5

(Perceived Deficits Questionnaire-D
5項目バージョン)

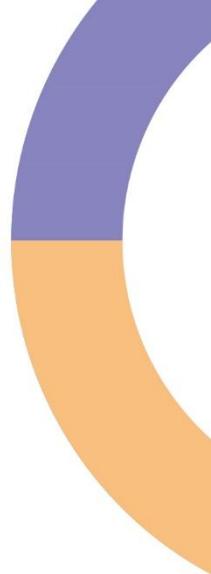


簡単な質問票を用いて、過去7日間で考える能力、記憶力、集中力などを主観的に評価します

3. THINC-it®の結果は何を示すか

テストが終わると、THINC-it®の結果がわかりやすく表示されます。結果はカナダで行われた研究で参加した健康な方約100名の平均スコアと比べてどうだったかについて、信号機の3色（緑・黄・赤）で示されます。

主治医の先生は、あなたのうつの状態が記憶力、集中力、注意力および実行機能にどのような影響を与えているかについて、この結果を参考にしたり、日頃の様子について話し合うなどに用います。詳細は主治医の先生からお話を伺ってください。



2024年11月作成