



# よつば会だより

2022年8月号

発行:NPO法人

尾道こころネットよつば会事務局

尾道市 栗原東 2丁目 17-86

TEL・FAX 0848-37-6600

新型コロナウイルスへの感染第7波で、7月下旬に入ってから全国的に新規感染者数が過去最多となったことが報じられています。広島県でも7月20日の1406人から、21日には2344人に増加し、その後28日まで2千人超が続いています。21日に開かれた厚労省の専門家組織の会合では「緊急事態宣言などの行動制限を検討する時期にあるのではないか」との意見も出ていたという新聞報道もありました。行動制限も、必要な事態となれば仕方のないことですが、またかという思いになる人も多いことでしょう。1日も早く感染が収束し、そして、8月21日に予定しているよつば会家族教室が無事開催できることを願っています。



～夏苺郁子さんの著書～

## 「精神科医療7つの不思議」から



よつば会だよりの昨年11月号に、夏苺郁子さんの著書「精神科医療7つの不思議」の内容紹介第1回として、記事を書きました。その時は何回かをシリーズにするつもりだったのですが、「みんなねっと」誌10月号に「みんなねっと政策委員会」が提言としてまとめた、「あるべき地域精神保健医療」の全文が掲載されていたため、提言の内容を記事にすることを優先してしまいました。今回、8月号の記事に何を書くかを考え始めたときに、夏苺さんの著書の内容紹介が中途半端なままになっていることを思い出しました。そこで、昨年11月号のよつば会だよりに、夏苺さんの著書について書いたことを読み返して、そこで見出したのが次の文章です。

「統合失調症の治療ガイドラインを作るとしたら、どんな内容を盛り込んでほしいか」と聞いたことがあります。第一に挙げられたのが、「病気の説明」でした。この「病気の説明」には「今後の見通しについても具体的に説明してほしい」という願いが込められています。たとえば、私はこれからどうなるのか、私は何をしたらいいのか、今後具体的に何をしてもらえるのか、そして、私は病気の経過の中でどのあたりにいるのか、どの程度の確率でどんなことが今後起きるのかなどです。こうした質問が「病気とともに生きている」患者にとってどれだけ大切か、私は患者だって当時を思う度に身にしみて感じています。

この文章を読んで頭に浮かんだのが、「そう言えばこれらの質問への答になるような話を精神科医から聞いたことがないな」という思いです。そして、精神科医が正面からこれらの質問に答えていないのは、これも昨年11月号に書いている夏苺さんの著書からの文章ですが、次のことからだと思い当たりました。

内科や外科なら「あなたは〇〇という病気で、それを治すために薬で治療します」などの説明はありますが、精神疾患の場合「病名はわからないけど、ずっと薬を飲んでいっている」という話をよく聞きます。そういうことがなぜ生じるのか。まず、「精神疾患の原因はまだ何もわかっていない」ことがあります。そのために患者から症状の説明を受けても、病気の識別が直ちにはできかねることが生じてきます。そこでとりあえず症状を緩和するために薬を処方しますが、薬が作用するメカニズムもわかっていないことから、いつまで飲めばいいのか医師にもわからないというのが現状です。

精神疾患の原因はまだ何もわかっていないようです。原因がわかっていない病気に対しては、薬も含めて、確実に治すこと、根本的な治療法を見出すことは難しいでしょう。しかし、病気に伴う様々な苦痛や不安、不眠などを和らげる対症療法は手探りながらも施すことができます。このあたりのことをいろいろ考え併せていながら、精神科の医療を考えていく必要があるようです。夏苺さんの著書には他にも精神科医療に対する問題提起がなされています。これから、そのいくつかを取り上げていきます。(N.T)

### 7月の活動報告

17日 よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)



### 8月の活動予定

21日(日) よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)

\*「サロンよつば」は毎週水・土にオープンしています  
AM:10～ 気軽にお越し下さい





## ～周りの接し方が本人の病状に大きく影響～ 回復力を高める家族の接し方 そのII



「みんなねっと」誌5月号に掲載された、高森信子さんの寄稿文「回復力を高める家族の接し方」の記事の内容を紹介합니다。記事は、高森さんがあるお母さんから受けた質問から始まっています。

「23歳の息子のことですが、初めての入院で、今週末に退院と主治医から言われました。けれど、私から見て、息子は発病前の状態に戻っていません。治らないまま家に帰ってきて、私はどう接すればいいのか、すごく不安で戸惑っています。それで先生に質問したのですが、先生はこう言ったのです。『私は医者ですが、息子さんの病気を治すことはできません。薬も治せません。息子さんの病気を治すのは息子さんの力です。だからお母さんは息子さんの元気が出るように、もう一度育てなおしてください』私は一応『わかりました』と言いましたが、先生の説明の意味がまったく分かっていません。精神科の先生なのに、なんで自分から治せないというのですか？息子は服薬を嫌がっているのですが、治せない薬を何で飲ますのですか？もう息子は23歳です。もう一度育て治すってどういうことですか。教えてください」

以上が質問の内容です。高森さんは「その先生は無駄のない的確な言葉で話された、誠実な良い先生だと思いました」というコメントも書いています。質問したお母さんは「先生(主治医)の説明の意味がまったく分からない」と言っているのに、高森さんは主治医を「良い先生だと思った」と評価しています。どういうことなのでしょう。私(谷口)は、お母さんが「説明の意味がまったく分からない」のも当然だと思います。息子さんは23歳で、病気を発症してからの日も浅く、息子さんもお母さんも病気への理解も深くは持っていないでしょう。そんな中で医師の治療を唯一の頼りに回復を願っているのに、その医師から「息子さんの病気を治すのは息子さんの力です」と言われても、すぐには理解できないでしょう。10年20年と病気を抱えた子の生活を見守ってきた親であっても、「子供をもう一度育て治してください」と言われて、その意味を理解して、素直に「そうですね」と受け止めることのできる親は多くはいないと思います。しかし、医師の説明を理解して受け止めることができるかどうかは、ひとまず横において、医師の説明を改めて読んでみると、「病気を治すことができない、薬でも治せない」と、多くの精神科医にとって分かっていることだが口にはしたくないことを誠実に告げていることや、「息子さんの病気を治すのは息子さんの力です」という、医師のプライドにかかわる発言もしています。そのあたりを高森さんは「誠実な良い先生」と評価しているのだと思いました。

では、どうやって回復させるか。高森さんは次のように述べています。

「とにかく少しでも薬でおさえている間に、健康な部分を工夫しながら徐々に増やしていく賢明さが必要です。つまり、困る病気の部分を治そうと、指導・助言・説得などをせず薬に任せて、健康な部分に家族の出番があると心得ましょう。子の人生のために『私がこの子の病気を治さねば』の思いが強くなると、助言・忠告・指導が始まります。ご家族は良かれと思っての行動なので際限なくエスカレートします。『辛いけれど親は子離れしてください』なのです。病気の部分を治そうと、介入すればするほど、信頼関係が壊れ、本人のストレスが増え病状が悪化します」

この部分は字数の関係で、高森さんの文章をかなり短くしています。ある程度説明を加えないと理解が難しいと思います。今月号のこの内容の続きを9月号に書きます。高森さんの言う「食っちゃ寝からほめる」についてかくつもりですが、今月号の補足説明になるようにもと考えています。(N.T)