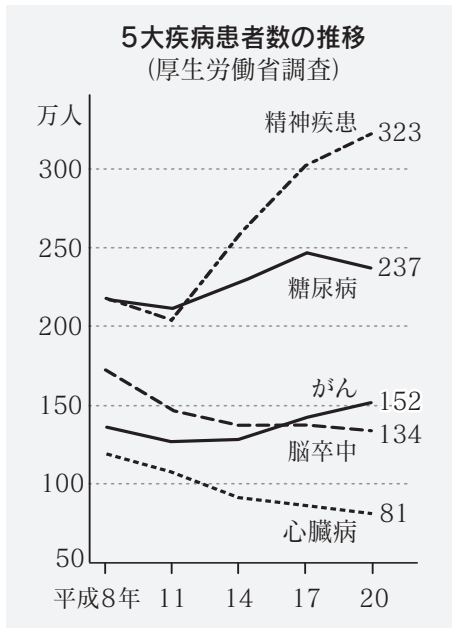


大切です。早めの相談、周囲の気づき

保健予防課 227-5102

なぜ5大疾病に？

今年7月、厚生労働省は、地域医療の基本方針となる医療計画に盛り込むべき疾病として指定してきた「がん・脳卒中・心臓病・糖尿病」の4大疾病に、新たに「精神疾患」を加え、5大疾病とする方針を決めました。精神疾患への正しい理解が必要です。



近年、精神疾患は、身近な病気になりつつあります。

例えば、全国の患者数。左上の表では、平成20年の精神疾患の患者数は約三百二十万人。これは、がんの二倍以上です。4大疾病の中で最も患者数の多い糖尿病と比べても、人数が多いことが分かります。

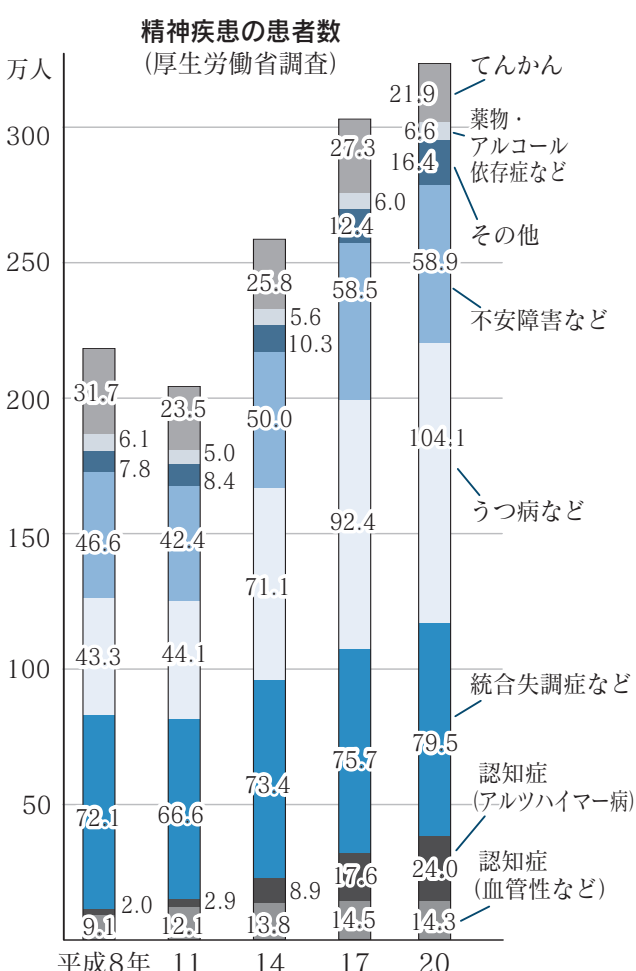
また、十二年連続で三万人を超えている自殺者数。その9割以上が、自殺の直前に何らかの精神疾患を患っていると言われています。

精神疾患って？

精神疾患と言っても、その種類はさまざまです。

左表を見ると、うつ病の患者数が多く、年々増加していることが分かります。次に多いのが統合失調症。平成14年以前は、うつ病よりも統合失調症の患者数が多い割合を占めており、患者数はほぼ横ばいで推移しています。

平成16年には、厚生労働省が「このころのバリアフリー宣言」を発表。精神疾患への正しい理解と啓発の取り組みを始めました。このような現状を踏まえ、精神疾患は、国民に広く関わる疾病として重点的な対策が必要であると判断されました。



現在、精神疾患の中で、うつ病は誰もがなりうる病気ということが社会的に認知されてきています。これからは、他の精神疾患についても社会全体で意識を変えていくことが重要です。

そこで今回は、精神疾患の中でも、うつ病の次に患者数の多い、統合失調症に焦点をあて紹介します。

医師に聞きました 統合失調症のこと



今回話を聞いたのは
精神保健指定医
吉澤佳子さん

Q どんな病気？

特別な病気ではなく、誰もがかかる可能性がある病気です。100人～120人に1人の割合で発症し、10歳代～30歳代がなりやすいとされています。

統合失調症は「心の病気」といわれていましたが、現在は「脳の病気」といわれています。また、昔は治らない病気と考えられていました。今は服薬治療やリハビリなどで症状を抑えることができ、普通の生活に戻ることができます。

Q 原因は？

はっきり分かっていますが、神経の伝達物質のバランスが崩れることによって脳の機能に障害が起こる病気であることが明らかにされています。育て方や家庭環境が原因ではありません。

Q どんな症状が出るの？

人によってさまざまで、病状の経過によっても異なります。また、回復にかかる時間も人それぞれです。ここでは、一般的な経過と症状を紹介します。前駆期…眠れない／神経過敏／わけもなくイライラする

急性期…幻覚／妄想／興奮しやすくなる／考えがまとまらず話が支離滅裂である

消耗期…何もする気が起きない／だるい／眠い

回復期…自分で物事を判断できる／前向きに物事が考えられるようになる

Q どの段階で受診すればいいの？

初期のころ（前駆期）に受診するのが望ましいです。眠れない日が1週間ぐらい続いたり、原因も無く無性にイライラしたりと、普段と違う状態が続くときは、病院や相談窓口にご相談ください。

Q 当事者を病院に連れて行くには？

病院に行くとなると、身構えてしまい、嫌がる場合があります。でも、当事者には辛い症状があるはずで、その症状を緩和するために相談に行こうと促すと良いでしょう。

Q 周囲の人ができることは？

病気の正しい知識を得ることです。正しく理解をし、偏見をなくし、みんなを受け入れるという姿勢が大切です。

Q 一生の病気なの？

他の慢性疾患と同じように、薬を飲み続ける必要はありますが、回復して普通の生活が送れるようになります。初期のころに治療を開始すれば、回復率もより高くなります。



家族の話
20歳代男性Bさん
の父(60歳代)

最初子どもに症状が現れたのは、中学2年生。不登校になり、家に閉じこもるようになり、た。高校に入ると、床をドンドン踏み鳴らすなど、目に見えて様子が変わるので病院へ行こうと言いましたが、本人が拒否したので無理に連れて行けませんでした。大学2年生の時に受けたカウンセリングで病院の受診を勧められ、統合失調症と分かりました。そのころは、本人も自分の状態が辛く、カウンセリングを受ける気になつたのではないのでしょうか。今は、福祉施設で職業訓練を行っています。当時は病気についてあまり知られていなくて、調べても分からないことが多かったです。今思えば、周囲の人などに病気の知識があり、早い段階で気が付いていれば、と思うことがあります。



当事者の話
Aさん(30歳代男性)

大学受験のプレッシャーから不登校に。様子がおかしいと、親に連れられて病院へ行き、統合失調症と診断されました。治療中「もう治った」と勝手に判断し、服薬をやめて症状が悪化したこともあり。今は、福祉施設などで知り合った同じ病気のひとと仲良くなり、悩みを相談したり、遊びに行ったりしています。以前は、「自分は病気だから他の人より劣っている」という気持ちがありました。自分と同じ病気の人が普通に生活している・趣味を楽しんでいる・結婚して家庭を持つている・仕事をしているというのを知り、病気を隠す必要はないんだと思えるようになりました。これからは、福祉施設で継続して仕事ができるように訓練し、就職して自立することが目標です。

まずは相談してください！

大切なのは、一人で抱えないこと。これは、当事者にも家族にも言えることです。「あまり知られていない病気」「人に話づらい病気」と思って、一人で悩んでいませんか？ 自分だけで、あるいは家族だけで悩まず、まずは気軽に相談してみましよう。また、少しでも気になることがある場合も、相談してください。

そして、この記事を読んで「あまり自分には関係ないかな」と思った方！ あなたにもできることがあります。「こんな記事があつたよ」と、周囲の人に話してみてください。そのことが、誰かを救うきっかけになるかもしれません。



こころへ相談

保健予防課(平日、午前8時30分～午後5時)

☎227-5102

☎227-5108

埼玉県立精神保健福祉センター

(平日、午前9時～午後5時)

☎048-723-1111(代表)

こんな支援があります

詳しくはお尋ねください

保健予防課 ☎227-5102

精神保健福祉家族教室

医師による統合失調症の知識や対応の仕方の話、関係機関職員によるリハビリ施設や使える社会保障制度の説明、当事者の話を聞いたり家族同士で話し合いをしたりします。

ソーシャルクラブ

主に統合失調症で治療している方たちが共に活動することで、家庭や社会で自立して生活することを目標としています。保健師や精神保健福祉士と一緒に、料理・社会見学・話し合い・ハイキング・スポーツなどグループ活動を行います。

統合失調症家族の集い

病気のこと、対応の仕方、情報交換など、いろいろなことを家族同士で話し合える場です。

精神保健相談

精神保健福祉相談員による電話相談、来所相談を行っています。来所相談は、事前に連絡が必要です。

自立支援医療制度(精神通院)

精神疾患に必要な治療を続けられるように医療費の軽減を図る制度です。

- 医療費の自己負担額が原則1割になります
- 有効期間は最長1年間です
- 制度の対象となる医療機関は病院(診療所)、薬局、精神科デイケア、訪問看護です

精神障害者保健福祉手帳

治療が長期になると、日常生活で制約が生じる場合があります。このような方を支援する制度です。

手帳は、精神障害者の社会復帰の促進と自立、社会参加の促進を図ることを目的に交付され、税制上の優遇措置や、公共施設等の利用料・使用料の減免などが受けられます。

当事者・家族の話に出てきた福祉施設はこんな所

統合失調症の治療では、服薬治療だけでなく、社会生活や対人関係への対応力を回復するための訓練を行う場合があります。

それを行うのが、医療機関で実施しているデイケアや地域にある事業所など。ここでは、グループでの共同作業、就労訓練、レクリエーション、スポーツなどを行いながら、日常生活のリズムを取り戻したり、継続して作業する力を身に付けたり、対人関係の練習をしたりします。

通うためには、基本的に主治医の許可が必要になります。主治医や医療機関のソーシャルワーカーなどに相談しましょう。

