書　評

『心病む人への理解』

― 家族のための分裂病講座 ―

遠藤　雅之／田辺　　等　著

田中陽子
（田園調布学園大学助手）

最近の健康情報は視聴率も高く、予防への意識は強まり、ストレス解消法なども盛んに取り上げられる。しかしこの認識と自分の心が病む事とはどこかで別のこととして、発病した人への理解には結びついていないようである。風邪を引けば安静にしていたり薬を飲んで回復を図る。病気が慢性化しても入院や通院をしながら社会生活を維持していこうとする。一般に誰もが何らかの病気にかかる可能性を持ち、その病気を背負っても可能な働き方や生活を試みる。しかし、精神の病気にその取り組みはあまり理解されていないように思われる。

心の病気にはなぜ身構えたり、恐れたり、嫌ったりすることが多いのか。心の病気はストレスにより誰でもかかる可能性のある病気なのに、「まさか自分や家族には……」関係のないこと、知りたくもないといった思いを持っている。ゆえに本人や家族に精神障害が起こると困惑の度合いが大きい。そしてこの困惑が回復へのスタートを遅らせている場合が多い。こういった状況を本人や家族の言葉から取り上げ、医師として接していくやさしい取り組みが本書に書かれている。著者は精神病院での治療にたずさわるだけでなく、精神保健センターにおいて生活をふまえた関わりを大切にとらえている。

第１章において精神分裂病が身体症状を示さず検査で決めることが出来ないわかりにくい点や偏見を導いている人間関係（遺伝や親の責任なども含めて）との誤解について科学的に誰にも理解しやすく説明されている。急性期や回復期の手記から当事者の困惑や不安感が伝わり、再発と慢性化に対しても周囲の理解を得られるであろう。

第２章では受診時の葛藤を良く理解し、患者から「治るのか」と問いかけられる医者の

治療に対して取り組む姿勢が伝わってくる。患者の不安に丁寧に答えて、薬や入院が決して拒否的になる必要がないことの理解を深めることが出来よう。

そして第３章、第４章には家族や家族会とのかかわりが再発防止に大きな力となることが医師の見解だけでなく、手記を織り交ぜて当事者や家族の側からも述べられて、地域でもこれを支えていくための理解を得る情報となりうるのではないかと思う。

家族の会などに参加すると、受診が必要な状態にあると認識するまでに時間がかかった事、本人を連れていくのに納得してくれないので困難であったことを話されることが多い。受診をすることができても、病気を受け入れることがむずかしい。偏見や誤解が本人や家族にもあり、まずこれを乗り越えることが大きな課題である。ひとたび精神の病気が現れると、病気自体が新たなストレスとなり、心が悪循環に陥ってしまう。患者の苦しみの多くはここにある。紹介されている手記や生の声などから病気であることを理解し上手に付き合うことのむずかしさを感じ取ることが出来る。

心の病の中で精神分裂病に焦点を当て、その発病からの本人と家族の本音や知りたいことにやさしく答える医者のあたたかい温度を感じる事ができる書である。精神疾患の当事者にも家族にも緊張した心を緩める手助けになるが、隣に立っている者が精神障害者への理解をもつ糸口になれる一冊である。

障害者への理解が少しずつ深まる中で、精神障害はもっと身近であることに気づき理解することが必要である。なお原文が名称変更以前のものであることから、そのまま引用しているが、精神分裂病が「統合失調症」へ名称変更されたことに、こういった理解への一助となることを期待したい。

「心病む人への理解」　星和書店　1994年
著者：遠藤雅之・田辺等　著
A5判　148頁　1,845円