2019年5月1日　鶴が丘だより　No.571　鶴が丘ガーデンホスピタル

鶴が丘だより

2018年度第2回 家族教室・講演会 ②

精神科疾患の治療 ゴールは、どこにあるか

渡邊衡一郎先生

先月に引き続き、講演会の模様をお送りします。

薬を飲んでいただくために

私たちは「すっきりとした」や「まろやか」などの飲み心地を何気なく意識していますが、日本（東洋）独自の解釈の様です。私たちは繊細な心地を持っていますので、診察時に「お薬の飲み心地はどうですか」と伺っています。

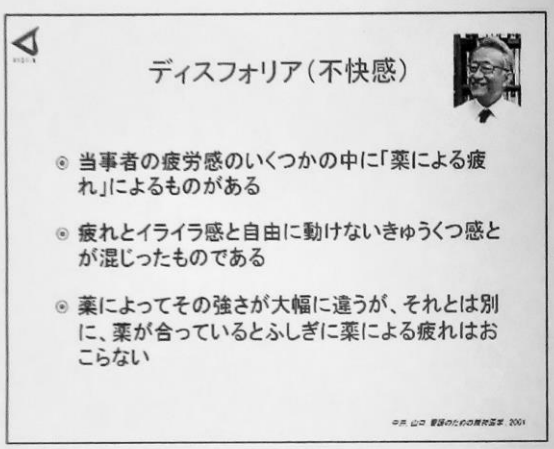
また、嫌な症状に素早く効く薬は、飲み心地が良いと感じますが、眠い・だるい・太る等の薬は、不快に感じます。

さらに、服薬に対する当事者の納得度合いや、当事者と治療者との関係性などの心理的要素も影響します。

ディスフォリア（不快感）

服薬を開始し、症状が一旦改善すると、「何も楽しめないと感じる」時期があり、当事者は薬が要因だと分かります。これが服薬を中断する理由の一つです。

また、当事者の疲労感の中に「薬の飲み疲れ」があり、服薬を中断する理由の上位に挙げられます。



プログラムを組み合わせた支援

服薬は、あくまでも治療の入口の土台です。アメリカの研究による「退院後の再発率」の結果は次のとおりです。

組み合わせ	2年後の再発率
服薬のみ	7割
SST併用	5割
家族療法併用	3割
全て併用	2割

再発を防ぐためには、様々なプログラムを組み合わせることが重要です。

また、就労支援に関するブラジルの研究では、「実際に働く場で訓練を行った場合、認知機能とともに陰性症状やQOLも、より改善する」という報告があります。陰性症状が消退し後に就労支援をするより、就労する場で訓練をするほうが効果的であるという結果です。

ある日の鶴が丘

新しい先生をご紹介します

戸坂（とさか） 由香里（ゆかり） 先生

心理学に興味があり医学部へ編入したので、元々精神科志望でした。

趣味は海外旅行で、ペルーの世界遺産群は印象深いです。ロシアにある"世界一猫が沢山いる博物館"に行きたいのですが、実は猫アレルギーです。

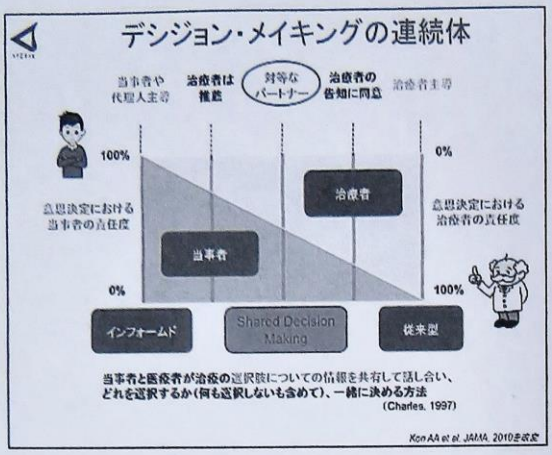
とても綺麗な病院に驚きました!!素敵な環境で診療に励んで参ります。よろしくお願い致します。

改めてリカバリーを考える

従来のリカバリーでは、現在重要とされる要素が入っていません。〝真のリカバリー〟は、『とことん症状が良くなること』であり、症状の寛解と対人関係の良好さやQOLの良さに加え、当事者自身が満足した状態でいられる（＝ポジティブな考えと対処能力を持つ）ことです。

デジションメイキング

実践するために、治療者と当事者がタッグを組み、方針を決定することが大切です。



治療をすすめるために

うつ病の治療において、薬物療法と認知行動療法が二大治療法と言われていますが、当事者の好みに合致した治療法であると継続していただけます。

当事者が医師とのコミュニケーションで不満を持つ理由の3/4は、一つの治療方針のみの説明であることです。満足している理由の1/2は、複数の治療選択肢の説明があることでした。複数の選択肢を共に話し合うことに効果があると言えます。

おわりに

改めて、治療者が『当事者がなりたい自分』を聞く機会を持ち、治療も議論し選択していく時代となりました。一人一人にあったお手伝いを、遠慮なく会話でできることが大切ですし、本来のリカバリーに近づけるポイントです。

渡邉先生のQ&A

Q3. リカバリーのために何が最も大切と思っている？

①世間や周囲の理解
②症状や困難に対処する力
③対人関係上のスキル
④服薬を継続すること

A3. ②。症状や困難に対処する力は、治療者と当事者がタッグを組み、ゴールをシェアすることが大切です。

Q4. うつ病で医師が寛解と判断した方のうち、何%が自分では寛解していないと思っている？

①15% ②35% ③55%

A4. ③55%。うつの症状がなくなったとしても、仕事や対人関係、余暇やQOLなどの項目が改善した時に、よくなったと感じます。どうしたら良くなったと感じるのか聞くところから始めています。

＜文責：高野＞

今月の…

いろはカルタ

元当院副院長の中村舜二先生が、在職中に作られたカルタです。毎月ご紹介します。

い 意地を張るより なりゆきまかせ

る 露骨な話は 角が立つ

有効期間の過ぎた受給者証等は、利用できません。お手数ですが今一度、お手元の受給者証等をご確認ください。

医療法人社団 鶴永会
鶴が丘ガーデンホスピタル
TEL:044-988-3121
東京都町田市三輪緑山2-2133-1
長津田いこいの森診療所
TEL:045-507-7656
神奈川県横浜市緑区長津田4-11-14