

こころ の 健康

統合失調症について (その3・家族の対応)

千葉県医師会 ねもととよみ 根本 豊實 医師

統合失調症と家族の関係については、昔から様々な議論がありました。しかし、近年は家族も治療側の一員として捉える考え方が優勢となり、少なくとも一時期あった『家族を病気の原因の一つとして捉える考え方』は批判的にみなされているのが現状と言えます。このような流れをつくるのに大きな役割を果たしたのは、主に80年代に提出された、英国を中心とした実証的な家族研究の結論であり、それによれば確実な服薬遵守*より、家族が患者に批判的な言動をするかどうかの方が、患者の経過を左右するということで、多くの臨床家に少なからずショックを与える内容でした。

その後、患者の予後を改善するために、心理的な面を含めた教育によって、家族の患者に対する対応を改善してもらうことを目的とした家族教室が世界中で行われるようになってきました。この家族教室で伝えられることは主に次の3つのことです。

① 病気のことを知ろう。

統合失調症に関する知識は往々にして誤って広まっていることが多く、まずはこの病気について正しい知識を持つことが大事であり、このことが家族のゆとり、自信になり、好ましい結果につながる基盤となります。

② 患者との関係を変えてみよう。

これには以下のようないくつかのコツがあります。

- (1) 患者への語りかけは、できるだけ短く単純にし、しつこく繰り返さないこと。
- (2) 注意や指導をするときはできるだけ具体的にすること。例えば「礼儀正しくしよう」ではなくて「一日一回挨拶しよう」と言うべきです。
- (3) 注意しても変えられないことは無視すること。実現不可能なことで患者家族が言い争って喧嘩してしまうことは少なくありません。少々常識を緩めて目標を現実的にあわせた低いものに変えてみましょう。
- (4) 患者の良い面、できていることを探しそれを褒めるようにすること。現実には何もできない患者はほぼいません。

③ 家族自身の時間を大切にしよう。

家族には家族の人生があり、生活があるのは当然です。家族自身の生きがいや楽しみを大事にして、家族が生き生きとした人生を送れるようにしましょう。家族が生き生きと生活していることは、患者にも多くの場合良い影響を与えるようです。

今回は、発病を食い止める可能性のある早期介入について述べたいと思います。



ふくやくじはんしゅ
※ 服薬遵守：服薬、食事療法など、医療スケジュールを正確かつ一貫して従う行為。