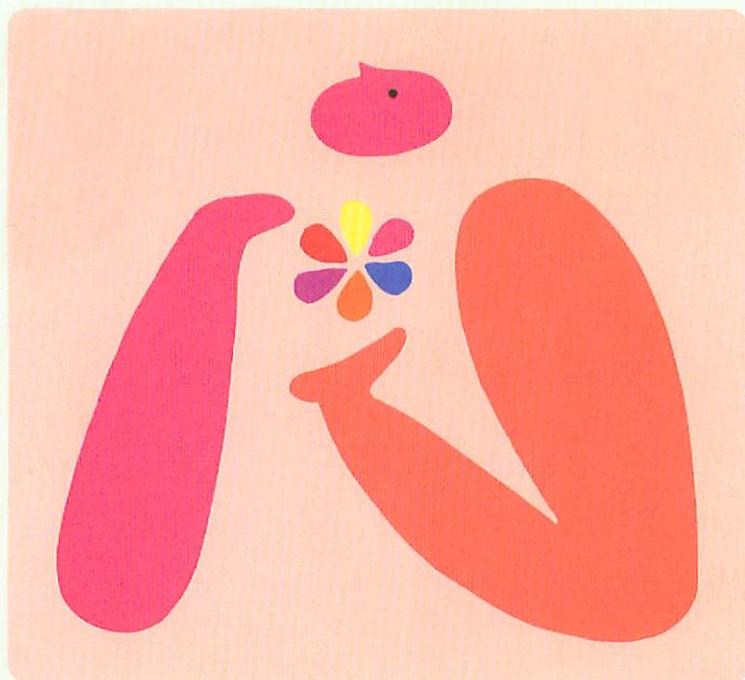


こころの病気Q&A

“統合失調症”のやさしいガイド



こころの病氣について、
聞かれたことは
ありませんか？
統合失調症は
どんな病氣でしょつか？

Q こころの病気って、何のことですか？

A こころの病気という言葉は、ストレスによる反応、神経症、うつ病、アルコールや薬物による依存症、老人性痴ほう症などを含む幅広い意味として使われています。これからお話しする、統合失調症もそのひとつで、精神病の中ではもっとも多い病気です。

ストレスの多い現代社会においては、
こころの病気は誰でもかかる可能性があると言ってよいでしょう。からだの健康と同じように、こころの健康を守ることも大切です。



Q 統合失調症って、どんな病気ですか？

A 統合失調症は、十分に治療可能な脳神経系の病気です。現在では、さまざまな社会生活上のストレスがきっかけとなって、脳の働きの一部が障害されるためと考えられています。その結果、対人関係がうまくいかない、緊張のため疲れやすい、混乱してまとまりのない会話になることがあります。

統合失調症は、おおよそ、100人から120人に1人くらいはかかると言われ、決して特別な病気ではありません。10～20代に発病することが多く、原因はまだはっきりしていませんが、決して遺伝病と言われているものではありません。また、自分の気の持ちようや、親の育て方が原因でもありません。

平成14年8月に日本精神神経学会総会にて「精神分裂病」が「統合失調症」という呼称に変更されました。これまで「精神分裂病」という呼称が「精神の分裂」という人格の否定に結び付くような響きを持つために、ご本人やご家族に大きな苦痛を与え、社会的にも不適切な理解を助長してきました。呼称が「統合失調症」に改められたことを機に、一人一人が精神の病気に対する正しい知識をより一層深めていくことが大切です。



Q 統合失調症の方とお話しすると、理解できないことがあるのですが、どんな症状があるのですか。

A 指図されるような声（幻聴）が聞こえてきて、不安になったり、他人が自分のうわさをしていると思うこと（妄想）があって、混乱することがあります。そんな時は、会話がうまく通じないかもしれません、これらはどちらかというと一時的な症状です。



Q 統合失調症の人は、怠けているように見えることがあるのですが…。

A それは、違います。やる気が出ない、もの事に集中できない、人とのかかわりを避ける、あまり自分の気持ちを出さなくなるなどは、病気の症状です。そのために、家に閉じこもりがちになることがあります。

Q 治療は、どうするのですか？

A 内科の病気と大きく違うわけではありません。まず睡眠や休息を充分にとって、薬（精神安定剤）を飲みます。また、症状への対処や療養の方法について医師やソーシャルワーカーなどと話し合いをしながら、治療を進めます。精神的な安定を取り戻し、家庭や社会での生活に戻ることを目標としますが、それには時間がかかることもあります。現在では、作業療法やデイケアなどのリハビリテーションが、多くの病院や診療所で行われています。



Q 症状がなくなれば、元気になれるんですか？

A 幻聴や妄想などの症状が治まっても、社会生活でつらいと感じることがあります。自分の気持ちや考えを伝えるのが苦手だったり、緊張しやすく疲れやすかったり、一度に多くのことをしようとして混乱しやすかったり…。そのために、自信をなくしてしまうことも少なくありません。

統合失調症は、病気と障害を合わせ持つとも言われ、これらは、一見しただけではわかりにくいだけに、理解しにくいかもしれません、病気であることのつらさは、どんな病気でも同じです。



Q ずっと元気になれないということでしょうか？

A そうではありません。多くの統合失調症の方は、通院しながら、地域で生活をしています。症状が落ち着いたら、地域で生活しながらデイケアなどのリハビリテーションに通うことで、少しずつ元気を取り戻すことができます。

統合失調症の人の生活を支えるために、地域生活支援センター、グループホーム、就労移行支援施設、就労継続支援施設等がありますが、多くの市民の方々にこの病気を理解していただくことも、とても大きな支えとなります。

こころの健康増進センターでは、こころの病気に関する不安、心配、また統合失調症の人とのかかわり方などについての電話相談、来所相談（予約制）を行っています。秘密は固く守られますので、安心してご利用ください。

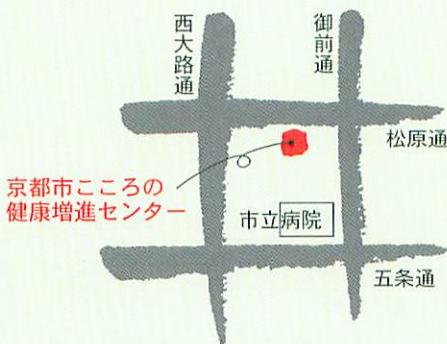
最寄りの保健センター
または

京都市こころの健康増進センター

専用電話 075-314-0874

相談専用電話：土・日・祝日を除く、9～12時・13～16時

まず、「相談専用電話」にご相談ください。



京都市こころの健康増進センター
〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1-15

