安井鍼灸整骨院 NEWS VOL. １１１（１２月）

こんにちは。安井鍼灸整骨院です。今回は、統合失調症についてです。

「統合失調症」とは

脳の様々な働きをまとめることが難しくなる病気です統合失調症は、脳の様々な働きをまとめることが難しくなるために、幻覚や妄想などの症状が起こる病気です。ほかの慢性の病気と同じように長い経過をたどりやすいですが、新しい薬や治療法の開発が進んだことにより、多くの患者さんが長期的な回復を期待できるようになっています。

幻覚や妄想が特徴的な症状です

統合失調症の症状でよく知られているのが、「幻覚」と「妄想」です。幻覚とは実際にはないものをあるように感じる知覚の異常で、中でも自分の悪口やうわさなどが聞こえてくる幻聴は、しばしば見られる症状です。妄想とは明らかに誤った内容を信じてしまい、周りが訂正しようとしても受け入れられない考えのことで、いやがらせをされているといった被害妄想、テレビやネットが自分に関する情報を流していると思い込んだりする関係妄想などがあります。こうした幻覚や妄想は、本人にはまるで現実であるように感じられるので、病気が原因にあるとはなかなか気づくことができません。

発症の原因は今のところ分かっていません

発症の原因は正確にはよくわかっていませんが、統合失調症になりやすい要因をいくつかもっている人が、仕事や人間関係のストレス、就職や結婚など人生の転機で感じる緊張などがきっかけとなり、発症するのではないかと考えられています。

100 人に 1 人弱がかかる病気です

日本での統合失調症の患者数は約 80 万人といわれています。また、世界各国の報告をまとめると、生涯のうちに統合失調症を発症する人は全体の人口の 0.7%と推計されます。100 人に 1 人弱。決して少なくない数字です。それだけ、統合失調症は身近な病気といえます。

気長に病気とつきあっていくことが大切です

治療によって急性期の激しい症状が治まると、その後は回復期となり、徐々に長期安定にいたるというのが一般的な経過です。なかにはまったく症状が出なくなる人もいますが、症状がなくなったからといって自分だけの判断で薬をやめてしまうと、しばらくして再発してしまうことも多いので注意が必要です。主治医と相談することが大切です。統合失調症も糖尿病や高血圧などの生活習慣病と同じで、症状が出ないように必要な薬を続けながら、気長に病気を管理していくことが大切です。

統合失調症のサイン・症状

確かに聞こえている、見えているのに、周りの人が否定する統合失調症で多く現れる症状は幻覚や妄想です。幻覚とは実際にはないものが感覚として感じられることです。とてもはっきりと聞こえたり見えたりするために、脳の中だけで起きているとは考えにくいものです。妄想とは、明らかに間違った内容を信じてしまい、周りの人たちが訂正しようとしても自分では受け入れられない考えのことです。自分には聞こえたり、見えたりするのに、家族や友達、同僚、上司、医師などの周りの人たちが皆「そんなことはない」と否定するときには、幻覚や妄想の可能性があります。

周囲の人にもわかる統合失調症のサイン

統合失調症に多い幻覚や妄想の症状は、本人には現実味があってそれが病的な症状だとは気づきにくいものです。周りの人が気づくことが、早期発見の第一歩となります。家族や周囲の方に以下のようなサインがあることに気づいた時には、相談窓口などに相談してみて下さい。

幻覚や妄想のサイン

いつも不安そうで、緊張している。悪口をいわれた、いじめを受けたと訴えるが、現実には何も起きていない
監視や盗聴を受けていると言うので調べたが、何も見つけられない。ぶつぶつと独り言を言っている
にやにや笑うことが多い。命令する声が聞こえると言う

そのほかのサイン

認知機能の障害：日常生活における理解力が低下したり、記憶力が低下して、社会生活における問題解決能力が低下します。
会話や行動の障害：話にまとまりがなく、何が言いたいのかわからない・相手の話の内容がつかめない
作業のミスが多い
意欲の障害：打ち込んできた趣味、楽しみにしていたことに興味を示さなくなった。人づきあいを避けて、引きこもるようになった。何もせずにゴロゴロしている。身なりにまったくかまわなくなり、入浴もしない
感情の障害：感情の動きが少なくなる。他人の感情や表情についての理解が苦手になる

統合失調症の治療法

統合失調症の治療は、薬をつかった治療（薬物療法）と、専門家と話をしたりリハビリテーションを行う治療（心理社会療法）を組み合わせて行います。

治療の目標

幻覚や妄想などの症状を軽くする記憶や注意などの障害によって社会生活機能が低下するのを防ぐ。回復後は再発しないように維持する

表1．統合失調症の病期と治療内容

薬物療法+心理社会的アプローチ　車の両輪としてはたらく

病期	急性期	回復期	維持期
主な目標	幻覚妄想 興奮不眠	疲労 不安抑うつ	対人関係 生活機能の障がい
薬物療法 生理的視点	急性期症状や 混乱を収める 生活リズム確保	副作用を減らす 意欲気分改善	再発防止
精神療法 心理療法 心理的視点	安心感を提供 治療目標の共有 生活リズム確保	疾病教育 服薬の必要性 対処法の工夫	体重管理 再燃サインを知る セルフモニタリング
リハビリ テーション 環境調整 社会的視点	安心出来る環境 をつくる 家族への支援 （疾病理解）	個別プログラム による作業療法	生活技能訓練 包括型地域生活支援 社会参加・就労支 援・援助付き雇用
	症状を減らす	状況を理解する	リカバリーを目指す

安井鍼灸整骨院　０７８－９９５－９４６１　新患の方は、来院前に予約の御協力をお願いします。
9：00～12：00　16：00～21：00(月～金)　８：３０～13：00　16：00～20：00(土)
駐車場正面に２台　キッズスペースあり　夜２０：３０まで受付　詳しくはHPをご覧ください。
兵庫県明石市大久保町大窪１９２１番地の１クレージュ山手１０１号(カラオケまねきねこ横)