

統合失調症はどんな病気？

統合失調症を正しく理解しましょう



鳥取県立精神保健福祉センター

はじめに

このごろ精神病や心の病といった言葉をよく耳にしますが、言葉は知っていても、その内容についてはあまりは知られていないようです。けれども、正しい病気については理解されていないことが、心の健康を考える上で障害になるだけでなく、何より病気で悩む人やその家族を傷つけ治療の妨げになっています。

このパンフレットを読まれた方が、正しい知識を持ち、少しでも多くの方に伝えてくださることを願っています。

統合失調症はどんな病気なのでしょう

統合失調症は、脳をはじめとする神経系の病気ですが、脳の機能が全くだめになってしまったり、人間性が失われてしまう病気ではありません。

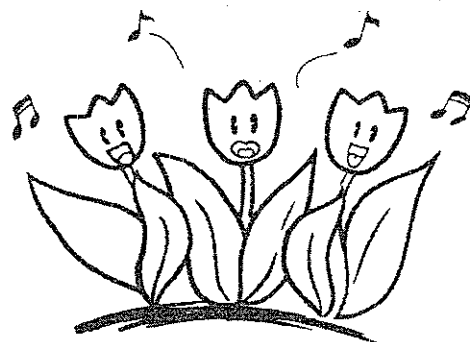
原因はまだはっきりわかっていません。さまざまな仮説がありますが、現在でも原因については、まだ解明されていません。

ある程度わかっていることとして…

- ・親の育て方や環境が原因で、病気になるのではありません。
- ・遺伝病ではありません。
- ・一つの原因によって発病するのではありません。

ドーパミンなどの脳内の神経伝達物質の代謝の変動が、発病と関係しているようです。

発病率は約1%（100人～130人に1人ぐらい）で、地域、性別などによる大きな違いはないと言われています。発病時期は、10代後半から20代に多く見られるようです。



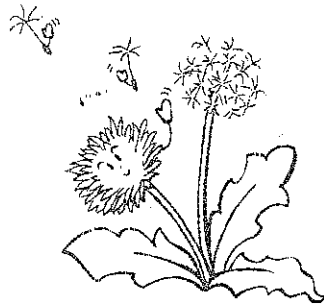
症状はどのようなでしょう

症状は人によってさまざまです。

「陽性症状」と言われるものがあります。

- ・人の声や物音、電波など、そこに実在しない音がきこえてくる体験をします。（幻聴）
- ・間違った考えを修正できなかったり、被害を受けていると思いがちになります。（妄想）
- ・混乱や興奮のため、まとまりのある会話ができにくくなります。

このような目立った症状は、発病後まもない急性期に主として見られます。あとに述べる薬物療法が有効な症状です。



「陰性症状」と言われるものがあります。

- ・感情の動きが乏しくなったり、まわりに対して無関心になります。
- ・やる気がでない、持続性がないなど、意欲や自発性が低下します。
- ・集中力がなくなったり、疲れやすくなり、家にひきこもりがちになります。

急性期のあとの回復後、安定期と言われる時期に主として見られます。少しずつ時間の経過の中で回復してきます。長期的に見守ることが必要です。

このような症状は、周囲から怠け者に見えるなどの誤解を受けることがあります。しかし、決して怠けているとか、意志が弱いということではありません。

「生活のしづらさ」という障害

統合失調症の多くの症状は、急性期をすぎると、休息をしながらしだいに回復し安定していきます。その途上では少し無気力になったり、落ち込んだり、疲れやねむ気を感じて、ひきこもりがちになることもあります。これは生活障害のひとつです。

具体的には、衣食住などの生活をしていく技術が苦手になったり、仕事の手順や要領が悪かったり、こまかいことにこだわり、前に進めなかったりするなどがあります。

たとえば

●生活の仕方の障害

食事の支度、金銭の扱い、身だしなみ、社会資源の利用などが十分にできない

●人づきあいの障害

人づきあいが苦手、強調が不得意、対人緊張がつよい

●働くことの障害

作業能力低下、集中力低下、持続力低下、疲れやすい

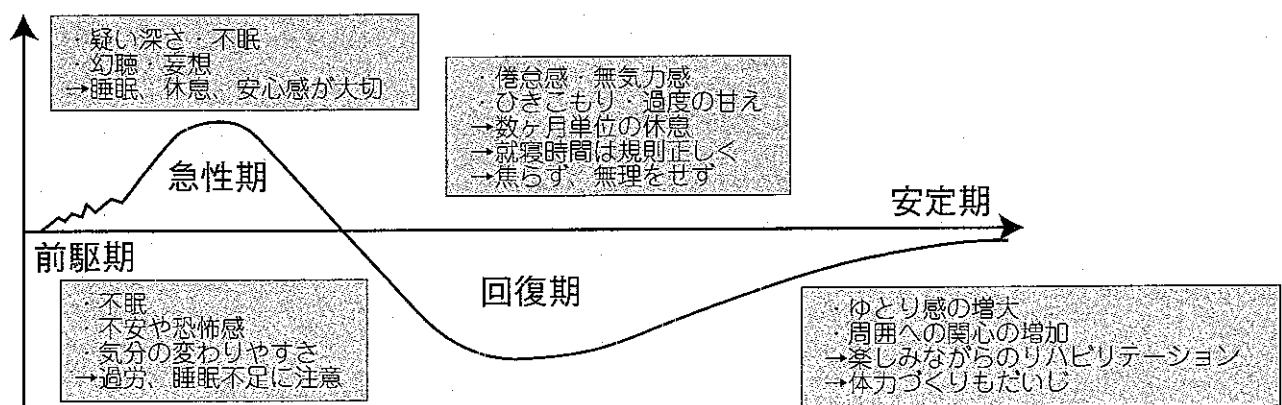
●まとめる力の障害

臨機応変にいかない、細かいことにこだわりがち、一度にたくさんのがまとめられない

症状の経過はどのようなですか

経過は個人差がありますが、回復のスピードはゆっくりです。治らない病気ではありませんが、ストレスなどで再発を起こしやすいことがわかっています。再発予防をこころがけることが大切です。

近年では、薬物療法やリハビリテーションの進歩により、その予後は良くなってきています。



治療はどのようなものがあるでしょう

薬物療法を中心とした総合的な取り組みが必要です。

治療の中心は、薬物療法になります。

- ・ 脳内の神経伝達物質にはたらきかける薬などを服用します。これによって陽性症状はやわらぎます。
- ・ 副作用などの薬についての心配ごとは、主治医と相談しながら調整していきます。症状を抑えるためにも、再発を予防するためにも、長期的な服薬が必要です。

対人関係や日常生活、ストレスに対するリハビリテーションも大切です。

- ・ 心の安定をはかるための精神療法や、社会生活技能の障害に対するSST（生活技能訓練）があります。また、家族関係の調整などが必要な場合もあります。
- ・ 医療機関などで行われているデイ・ケアでの活動もリハビリテーションの一つです。

周囲の援助はどうしたらいいでしょう

回復には、ほどよい励ましと助けが必要です。

- ・ 無理な励ましは本人の過剰なストレスとなることがあります。
- ・ 本人のペースに合わせたはたらきかけが必要です。
- ・ 時間をかけて話し合うことが大切です。

再発のサインについて知っておくことが再発予防になります。

- ・ 不眠が見られたり、急に活動的になったり、ささいなことに過剰に反応するなど、再発のサインと見られる症状を知っておくことが大切です。
- ・ これらの症状がみられたら無理をさけて、ゆっくりと休養するようにはたらきかけることが大切です。主治医にも早めに相談しましょう。