

■ 編集だより

編集後記

まったくの私事で恐縮だが、私は最近ある病気にかかって、通常勤務も少々の期間休みをいただいた。これは幸いにも、月1回の本誌の編集委員会にはほとんどご迷惑をかけないくらいの範囲で終息しそうである。私自身の体験は、長期にわたる、あるいは重篤な病と闘っておられる多くの方々の経験に比べれば口にするのも憚られる程度のものである。それでも、患者の立場に自分が置かれてみると、いろいろと気づかされることもあった。

まず、静養するよという指示の重要性である。私の場合、ある会で発表予定があったことと初期に自分の病気を実際以上に軽く見ていたために、この指示に一部抵抗した。主治医は、原稿を代読してもらうかその会をキャンセルするようかなり強く私に言い渡した。これは結果的に、有難く、有効な指示だった。振り返るに、われわれは、うつ病の初発にせよ、統合失調症の初発にせよ、とにかくまず静養せよと威信をもって本人、家族に言い渡すべき場面に毎日遭遇している。しかし、これを十分になし得ているか、自分の診療を振り返って反省したのも事実である。

次に感じたことは、ある程度以上ポテンシャルの強い薬を服薬している間は、そのこと自体によってすでにどこか体調感が平常と違うということと、いくら綿密に薬を管理し、服薬の重要性を完全に納得していても、特に不調時には、薬の飲み方で混乱したり、飲み忘れを起こしたりするということである。体調違和感や服薬の混乱は、精神科の患者さんでは、はるかに高い頻度とレベルで生じているだろう。このことも、あらためて日常診療で肝に銘じておくべきことと思った。

さらに触れるべきは復帰の難しさである。幸いなことに、私の場合、体調85%というところで、仕事量を80%くらいにアレンジしていただいて復帰した。それでも復帰後何日かの間に休養中に生じた難題が次々持ちこまれて疲弊した。この体験からの類推に過ぎないが、産業医の専門家の方がよく言われるように、不十分な回復のままでのリハビリ勤務というのはあまり利がないのではないかと思う。うつ病からの復帰の場合などは、90%の回復を待って、しかも強制的、具体的に職務が75%以下に制限された状態を一時整えてもらって、ようやく復職が可能になるのではないか。また、ひきこもりの人や遷延するうつ病患者にとって難題となる職場、学校への恐怖、忌避とはその程度において比べようもないだろうが、類似の心性が自分に芽生えたのも発見だった。対人関係の有難さも痛感した。

その他、病気をするとということは、人生展望の時間的改変を引き起こしたり、日常を超越した事柄に思いを馳せたりすることにつながるらしいということも僅かながら垣間見た。が、もっと本格的な病気に罹ったときにそのような感慨に浸っている余裕があるか、とてもそのような悠長なものではあるまいとも思う。とにかく健康であることは有難いことなので、皆様のご健康を心からお祈りするが、そうはいつでも病気はときに否応なく降りかかる。そのときには皆様がそれを巧みに乗り切られることもお祈りしたい。

津田 均