

■ 書 評



自殺予防の基本戦略

張 賢徳 責任編集
 中山書店 2011年2月
 244頁, 定価 7,560円

自殺に対する取り組みに関して、未だ精神科医の中でも温度差があるように感じる。精神科医はリスクの高い人たちに関わっているため、ペシミスティックになってしまう場合もある。評者は自殺についてどのように取り組めばよいかかわからず暗中模索をしていたときに、高橋祥友先生の「自殺の危険」(1992, 2006増補版)、高橋邦明先生の「新潟県東頸城郡松之山町における老人自殺予防活動」(精神神経学雑誌 1998; 100: 469-485)に出会い、どのような方針をもてば良いかを教えられ、その指針があることであきらめないで地域活動、治療に取り組めるようになった。

自殺に対する取り組みが自殺対策基本法(2006年)によって行政の枠として確立し予算も計上されるようになったことは画期的なことである。しかし、一方で精神科医療、精神科医が行政や地域などの要請に応えるだけの力量があるかを問われるようになったことも事実であろう。また、他の領域への予算化に比すと精神科医療への経済的裏打ちが脆弱なままである。

この課題を正面から取り上げたのが、本書「自殺予防の基本戦略」である。本書の意図は責任編集者の張賢徳先生の「自殺予防の理念と基本戦略」(4章)に示されている。自殺プロセスが悪化し自殺企図をする最終段階では何らかの精神疾患、精神変調を90%の呈していることから、精神科医療が極めて重要であると述べられる。その上で、自殺のプロセスを深刻化させるライフイベント(失業、倒産、借金、離婚、離死別、病気、喪失体験など)へのサポートと精神科医療の連携、協働の促進を訴えている。

1章は自殺の統計、実態を、2章は社会経済問題からみた自殺、3章では自殺の生物学的背景を取り上げられており、実証的な研究成果を知ることができる。ことに、社会経済的問題では所得格差、失業率、パート労働者の増加、世帯負債比率と自殺の関係を通して臨床的実感を裏打ちしている。

5章では「自殺プロセスの各段階での自殺予防」が取り上げられている。「自殺未遂者の治療とフォロー」、「自殺行動の最終段階に至らせない方策」は実践に即した内容で縮小版にして白衣のポケットに入れておくと良いのではないだろうか。つぎに、「うつ病」「統合失調症」「アルコール依存症」「薬物乱用・依存」「パーソナリティ障害」とリスクの高い疾患の自殺予防が詳述されている。自殺予防を念頭においた精神科治療という副題が記されているように自殺という危機を招かない治療は、疾患に特有の心理的機制を理解し、治療の枠組みを整えないとできないことがわかる。自殺を防ぐために消極的な治療におちいるのではなく、本来のあるべき治療がみえてくる。「認知症」「知的障害、広汎性発達障害」についても取り上げられており大いに参考になる。

6章「自殺予防のための心理療法」では、総論(傾聴、支持的療法、自殺のアセスメント、自殺の危険の高い患者への原則、自殺を打ち明けられたときの対応を踏まえた面接例)と危機介入(社会的資源とその活用スキル4ステップ)は必読である。

7章では自殺プロセスに入り込まないための社会的枠組み(職場、学校、地域、法律)での対策とサポートを知ることができる。それぞれの現場や問題に対して取り組む際に役立つことが列挙されている。

さらに、9章では宗教、社会文化からみた自殺予防が語られ、8章では自殺のポストベンションで、職場での介入、遺族へのケアが取り上げられている。

以上のように、本書の構成は自殺の実態・成因の把握、精神科医療でのアプローチからライフイベントへの支援、そして社会の有り様へと展開されている。この図式は責任編集者の意図を強く反映していると考えられる。

本書は、近年の自殺予防の実践と研究の成果をもとにした自殺予防の指針であり、フィールドでの実践にもさっそう活用したい良書である。多くの精神科医に読まれ、勉強会や抄読会で取り上げられることを願っている。(細田真司)