

■ 書 評



日常診療における精神療法： 10分間で何ができるか

中村 敬 編
星和書店
2016年11月 256頁
本体価格 2,200円+税

私は、精神科の臨床を始めておよそ40年になるが、特に外来で他の医師がどのような態度で診察を行っているのかとかねがね興味をもっていた。他の精神科医がどのような態度で診ているのかについてはわからないものである。精神疾患もさまざまであるが、何か参考になるものないかと探していた。また最近では精神科診療所でも総合病院の精神科外来でも多数の患者が押し寄せており、現実的に1人の患者さんに対する診察時間が短く、薬物療法中心の治療がなされて精神科医が話を聞かないとの批判を聞くことも多い。「いのちの電話」の相談では、相談してくる人の6割以上の訴えは、精神科医が話を聞かないという患者さんの不満である。その意味でも本書は時宜を得たものである。

一方、40数年前の大学病院での診察では、若い医師が30分から1時間程かけて予診をとり、数人の精神科医が教授の後あるいは横に座って陪席し、主に教授や経験豊富な医師が診察し、若い医師が記録するというスタイルであった。それに研修生や学生まで入ることもあった。患者さんやご家族は緊張したことと思う。裁判のようなもので守秘義務などにもまったく配慮されず、この方法も治療的なアプローチではなかったと思われる。

本書の第1章に書かれている座談会でも繰り返し指摘されているが、最近では、精神科クリニックに外来患者が多く、医師が患者さんの話をあまり聞かず、診断基準に沿って診断項目を確認し、ガ

イドラインに沿った薬物療法に偏重した治療がされているという批判がある。いかなる精神科の疾患も薬物療法だけで治療を行うことは難しい。10分間という短い時間でも工夫をした精神療法がなされれば、患者や家族は満足し、それぞれの症状が改善していく可能性はあると思う。

第2章、第3章は統合失調症、第4章は双極性障害、第5章は抑うつ症候群、第6章は不安症群、第7章は強迫症、第8章はPTSD、第9章は解離症群、第10章は身体症状群、第11章は摂食障害、第12章は睡眠-覚醒障害群、第13章はアルコール依存症を含めた物質関連障害、第14章はパーソナリティ障害、第15章はおとなの発達症、第16章は発達障害患者に対する精神療法について、わが国を代表する臨床家がまとめている。個人的には、特に統合失調症についての第2、第3章、さらに発達障害に関しては、成人と小児に分けられおり、大いに参考になった。多くの精神科医が10分間の精神療法では治療が難しいことは認めながらも、どうしても鑑別が必要な疾患に対する必須の質問や診察の10分間だけでなく、診察前の10分間、後の10分間をも有効に使う方法、治療環境、面接場所の構造、家族からの情報取得の方法などが述べられている章があり、参考になる。著者によっては、面接内容が鑑別診断の方法だけに力点を置いた章となっているものもあり、もう少し病識のない患者さんに対する導入方法や面接内容を詳しく書いてほしいと残念な章もあったが、大半の疾患については、診断だけに限らず、それぞれの面接内容の工夫が示されていた。それぞれの疾患の特徴を理解しつつ、タイミングよく相槌を打ちながら、医師-患者関係を構築し、治療同盟を形成して、将来を見通した継続的な治療へとつなげることが目標となっている。精神科医は生涯、自分の精神療法を磨かねばならないと思う。診察室の片隅において参考になる良書である。

(中村 純)