



統合失調症は治りますか？
—当事者、家族、支援者の
疑問に答える—

池淵 恵美 著
日本評論社
2020年8月 176頁
本体価格 1,700円+税

本書は、統合失調症の当事者、家族、支援者から受けることの多い質問に、精神科リハビリテーションの大家である著者がわかりやすく親しみやすい語り口で答えたものである。「私はどうして統合失調症になったのでしょうか?」「統合失調症は治りますか?」「親のせいで病気になった、人生が台無しになったのは親のせいだといつも責められてつらいです」「本人は薬を飲んでいないようです。どうしたらよいのでしょうか?」「『自分は生きていく価値がない』『希望なんか無い』と言っている人に、どう接したらよいでしょうか」…著者はいずれの問いに対しても、まずその背景にある彼ら、彼女らの切実な思いや苦しみに深い共感を表す。その気持ちに寄り添いながら、疾患や最新の治療法（幻覚妄想への認知行動療法、認知機能リハビリテーションなども紹介している）についてエビデンスに基づいた情報を提供し、さまざまな支援法を具体的に提案している。

「当事者からのQ & A」では、薬物療法、症状への対処法、仕事・恋愛・結婚・出産、家族や友人、主治医との関係に関する質問、「家族からのQ & A」では、家族が困ることの多い当事者の行動（受診を嫌がる、薬を飲まない、デイケアに行かない、など）や幻覚・妄想への対応の仕方、親亡き後のことへの不安、自分の子が統合失調症になったことへの苦悩などに関する質問、「支援者からのQ & A」では、日常生活、症状の再発防止、就労支援、当事者同士の関係などさまざまな場面における支援方法に関する質問が取り上げられる。著者の回答には、統合失調症は「幻覚や

妄想があれば誰でも同じ病気なのではなく、一人ひとりの人生のドラマの中で出現してくる」もので「そのドラマを本人と治療者が一緒に確認し、なぜ不調になったかを理解し、どうしたら回復していくことができるかを語り合うなかで、人それぞれの『病気のもつ意味』が見えてくる」(p.14)、「統合失調症とどう付き合うかは、当事者が主人公となって経験を伝えてくれ、支援者はそこから多くのことを学ぶ。そして支援者は、専門家として学んだ知識を差し出し、当事者に役立ててもらい、まさに共同創造 (co-production) の活動」(p.156)である、という疾病観、治療観が一貫している。

たとえば「薬を飲みたくない」という当事者に対しては、飲みたくない気持ちを受け入れて、その背景にあるものが何か（薬の効果への疑問？ 副作用が不安？ 病気であることを受け入れたくない？ etc.）に耳を傾け、そこに丁寧に対応することによって本人が自ら安心して服薬できるようサポートする。当事者がリアルワールドの生活のなかで安心でき自分の生き方に自信が持てるようになると、現実の受けとめ方が変わり、幻聴や妄想が軽減したり疾病を受容できるようになったりするため、できるだけ当事者の希望に沿った支援にチャレンジしてみる。支援者にはさまざまな専門性を持ったチームでの取り組みが、当事者にはピアサポート（先輩の進んだ道や元気になった話）が非常に有効であるなど、挙げるときりがないほど、どの回答のなかにも、長年統合失調症臨床の現場で著者が当事者、家族、支援者とともに培ってきた実践の知恵が詰まっている。

精神科医であれば、必ず統合失調症の当事者や家族から同様の質問を受けるため、ベテランの著者がどのように答えているか、特に若手精神科医には大変参考になるだろう。しかしそれ以上に、「当事者の人たちがぐり抜けてきた病気との闘いに対して、私たちはリスペクトをもっていきます。そして彼らの経験値を大切に、専門家の知識と合わせて、回復を目指して一緒に活動するのです」(p.156)という著者の言葉に触れることそのものに教育的な意義があると感じている。

(田口寿子)