



サイコロジカル・ファースト
エイド・ジョンズホプキン
ス・ガイド

ジョージ・S・エヴァリー,
ジェフリー・M・ラティング
著
澤 明, 神庭重信 監修
中尾智博, 久我弘典, 浅田仁子
監訳
日本若手精神科医の会
(JYPO) 訳
金剛出版
2023年6月 220頁
本体価格 3,400円+税

本書はジョージ・S・エヴァリーとジェフリー・M・ラティングの著による『The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid (Johns Hopkins University Press, 2017)』の翻訳で、サイコロジカル・ファーストエイド(心理的応急処置, psychological first aid : PFA)を日本語で学ぶことができる決定版である。この日本版は金剛出版により、本学会の元理事長でもある神庭重信先生、澤明先生の監修、現副理事長でもある中尾智博先生、久我弘典先生、浅田仁子先生による監訳、日本若手精神科医の会のメンバーの訳により刊行された。

PFAのジョンズホプキンス版RAPIDモデルと位置づけ、RAPID PFAの骨子はR (Rapport, Reflective listening): ラポールの確立と聞き返し, A (Assessment): 評価と傾聴, P (Psychological Triage, /Prioritization): 心理的トリアージおよび優先順位付け, I (Intervention): 苦痛軽減のための介入戦略, D (Disposition): しめくくりと継続的ケアへのアクセスの促進からなる。本書の冒頭で、RAPID PFAの目標が「急性期の心理的苦痛を安定させ、緩和させ、心理面において必要があれば継続的またはより高いレベルのケアへのアクセスを手助けする」であることをわかりやすく示している。

さらに本書の序文では、「PFAは、とりわけ、医療資源が乏しい地域や救急医療へのアクセスが制限されている状況において、効果的な公衆衛生的介入となり、また、災害、職場や地域社会における暴力など、組織やコミュニティが

災難におそわれたあとの需要の急増に対応する手段として、効果的な公衆衛生介入」とPFAの意義を伝えている。

きわめて甚大なストレスとして自然災害、事故、犯罪被害などの事件、テロや紛争などが挙げられる。生命の危険やきわめて辛い凄惨な体験など心的外傷体験に直面することや、身近なものを失う喪失体験、そして二次的に生活が変化することがしばしば連鎖する。災害大国の日本でも、繰り返される大規模災害などで急性期の心理的サポートとして、PFAが取り上げられてきた。そして、近年、COVID-19による心理的影響と対応の重要性が精神医学の課題となり、監訳者の中尾先生、久我先生らはCOVID-19流行下の精神保健医療の実態調査から、RAPID PFAの普及の重要性を指摘している。

本書は二部構成となっており、第一部では「心理的応急処置(PFA)科学」として、災害時のメンタルヘルスやPFAの基本的知識や有用性を知ることができる。そして、第二部では「PFA技術の実践」としてRAPID PFAの実践スキルを学ぶことができる。

過酷な現場では、多くの人々がきわめて強いストレスによる心理的危機に直面する。ストレス反応として、きわめて強い不安や緊張と交感神経の活動亢進、強い悲嘆や落ち込みが生じることが少なくない。急性ストレス反応として一過性のエピソードで回復に至ることもありえるが、強いストレスに曝露し、二次的なストレスが長期的に続くことも少なくないため、甚大な心理的影響が長期に継続し、深刻な状況に陥ることもある。時にPTSDやうつ病や不安障害、適応障害、誤った対処行動から生じるアルコール依存などさまざまなメンタルヘルスの問題が引き起こされる。そして、多くの支援者も、いままさにここでどう支えたらよいのか、という危機介入が求められる。

精神医学に携わる者として、危機介入の基本的アプローチに習熟することが重要であり、時に現場では指導的な役目も必要とされる可能性がある。そのような医療や支援の準備や実践において、本書は道標となる必携の書である。一方で、支援にかかわる多くの領域の支援者にとっても、危機にある人々のところを支え、ケアにつなげるなどの状況に直面する可能性があり、本書が役立つと考えられる。

(大塚耕太郎)