



摂食症治療のすすめ その実践

永田利彦 著  
 日本評論社  
 2025年7月 192頁  
 本体価格 2,800円+税

2025年10月の総会において、「日本摂食障害学会」は「日本摂食症学会」に名前を変えた。「disorder」の訳語を「障害」から「症」に直そうというわが国の精神医学界の趨勢を反映させた対応だが、単なる不具合を意味する「障害」より、「病」を「正」しく「つげる」ことを意味し、ある症状をもつ病の総体を表す「症」のほうが、よりくっきりと病を輪郭づけているという、現代精神医学の無意識的合意の働いた結果なのだろう。「障害」のもつ無機質さから、「症」になって病が具体的に生々しくなり、病める人の苦悩に少し近づいた印象がある。精神医学以外に、心療内科学、小児科学、産婦人科学、栄養学、臨床心理学などなど、さまざまな学問の交錯する食の病のこの分野において、このたび「症」の表記を共有することになったことは、多様な方向性が1つに凝集していくという新たな一步を予感させる。

その「摂食症」の表記をタイトルに掲げた書籍の第一号が、日本摂食症学会の前理事長であり、長年この分野をリードしてきた著者が満を持して上梓された本書である。精神科医である著者は、第一線の精神療法家でもあり、近年の摂食症治療が硬直化しがちであることに警鐘を鳴らし、摂食症患者に対する心理的理解と、それに基づく精神療法的重要性をつねづね強調されてきた。著者のその姿勢は、全ページ書き下ろしである本書の隅々にまで反映されている。

本書の魅力は、その第1章「準備編—診療を続けていくために」に凝縮されている。その小見出しを並べてみても、〈摂食症治療を好きになる〉に始まり、〈摂食症は病気（精神疾患）であることを理解する〉で本書の方向性を明確にし、治療者の〈性別〉問題に触れ、〈入院治療施設との

連携〉という実際のテーマへと続き、そして、治療者が〈孤独にならない〉という治療を行ううえで基盤になる心得で締められている。ここに書かれていることに配慮するだけでも、「摂食症治療が好きになるはず」だという著者の信念がうかがえる。

続く、第2章、第3章で、診断や治療選択の実践的なコツについて説明されているが、本書の肝はなんといっても、第4章、第5章で展開される、外来診療での摂食症の治療実践だろう。摂食症治療には、有効性を実証されている専門的治療法がいくつか知られているが、それぞれプロトコルが堅固であり、いずれも時間とマンパワーを必要とするもので、その治療法を1つでも実践できる治療機関は全国でもけっして多くはない。ただ本書では、モーズレイ式神経性やせ症治療（MANTRA）、認知行動療法、対人関係療法などの摂食症の専門的治療法について、そのエッセンスを通常の外来診療に活かせるはずだと考え、その方法が具体的に示されている。摂食症を「高機能/完全主義プロトタイプ」「抑制的/過剰コントロールプロトタイプ」「感情制御障害/コントロール不能プロトタイプ」「神経発達症プロトタイプ」の4型に分けて、それぞれの治療法を提示している点も独創的である。いずれにも日々の診療ですぐに活用できそうな実践的なコツが示されており、まさに、長年精神科クリニックの第一線で診療にあたってきた著者の面目躍如である。

さらに本書では、入院治療やリハビリテーションにも触れられていて、隙がない。近年話題になっている回避・制限性食物摂取症（ARFID）にも一章が割かれており、また、摂食症の最新の病因論や疫学も紹介されている。本書の大きな特徴は、つねにエビデンスが重視されており、すべての項目について、大量の文献が示されている点である。著者の研学には感服する。

本書の最後には、著者のクリニックを訪れた摂食症患者が『『やせ』という生きるための杖を手放す決心をしてくれる』ことを、「1人でも多くの先生に知ってほしい」と記されている。著者のストレートな想いは、読者の日々の臨床実践に力を与えるにちがいない。摂食症治療の今を知りたい人は、ぜひ一読すべき書物である。

（野間俊一）