

【1. 企画種別】

シンポジウム、医療境域企画

【2. 企画タイトル】

精神障害を持つ人の地域生活を支える支援者養成とSSTの活用

【3. 演者と所属】

シンポジスト(演者)

○浅見隆康(メンタルプラス家族支援訪問クリニック)

座長

安西信雄(帝京平成大学大学院)、天笠 崇(静岡社会健康医学大学院大学)

【4. 演題】

家族支援を目的にSSTを活用し精神科医療を行う

【5. 抄録をもとに作成した記録集用文章】

SSTを活用し具体的で実地的な家族支援を医療の現場で行い、よりよい精神科医療を模索することは次の世代を育てることに大いに役立つことだろう。

1. 現行精神科医療の課題

現在の精神科医療の主な課題では、外来患者数の急増ならびに受診を希望しても掛かりにくい医療の状況が挙げられる。2020年の患者調査によると外来患者数は586.1千人で、前回から約200万人の増加であった。一方で受診を希望しても医療に掛かりにくい、いわゆる初診待ちに何か月もかかるといった状態が続いている。その他にも薬物療法に偏った精神科医療、入院者の約60%が1年を超えている、など解決に向けた取り組みが求められている。

2. 家族支援の現状

医療の場での家族支援にも大きな課題を抱えている。家族相談への対応は未だ整備されておらず、本人に対する治療が主、家族への配慮は乏しい。たとえば本人の相談で家族が医療機関に出向いても、「本人を連れてくれば診ます」と言われてしまう。家族の困りごとに対応できていない現状がある。家族の誰かが精神障害を患った時に家族の関係が変化する(図1)。

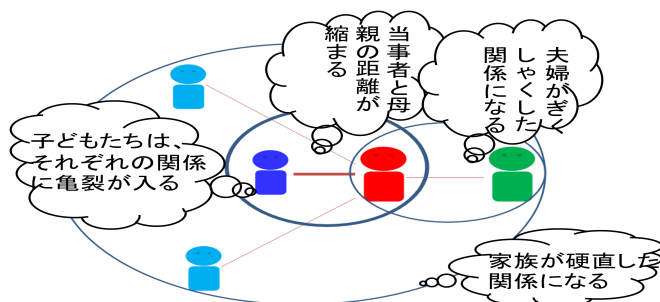


図1 家族全体にみられる関係の変化

本人が回復していくために家族支援を欠くことができないことは火を見るよりも明らかである。

3. 土曜学校とメンタルプラス

著者は仲間たちと1996年6月から毎月1回のペースで家族支援のための勉強会(土曜学校と呼称)を行い続けている。2018年11月10日の土曜学校でのグループセッションでは、『親亡き後に備える』をテーマに話し合いを行った。『精神科に初診した日、病院から支援者が訪問しました。訊きたいことは何ですか』の問いに対して、下記のこと(一部略)を参加者は挙げた¹⁾。

- ・元気になるのか? ・先生は信頼できるのか? ・何が起きているのか? ・その薬で大丈夫なのか?
- ・これからどうなるのか? ・病気の原因を訊きたい ・不安を話したい ・家族支援について聞きたい
- ・家族は何をすればよいのか? ・本人は病気を受け入れられるのか?

どれも切実な問題ではあるが、これらの事柄に医療関係者は適切に答えることができるだろうか。著者は土曜学校で様々な家族に出会い、その体験を聞き、そして学び続ける中で、メンタルプラスという姿勢が重要と考えるようになった。“自分自身のできているところを見つけ、そこを一段と伸ばすという姿勢”をメンタルプラスと造語し、その姿勢を作っていくことが家族自身の健康作りに役立ち、本人の回復にもつながっていくと講義やグループワークで伝え続けてきた。土曜学校に参加すると、自分だけが悩みを抱えているのではないことを知る、他の家族の経験や対処法を学び活かす、具体的で実行可能な方法で本人

に接する、自分の心の安定が本人の心の安定につながる、他の家族の困りごとの解決に協力する、などに家族が変わっていく。このような変化の要因はSSTを活用し、メンタルプラスという姿勢を伝え続けてきたことが大きい。

4. クリニックの実践とSSTの活用

土曜学校での経験は、家族の変化が本人の変化を引き起こすというもので、医療の場で積極的に家族支援を展開し本人の回復を促進していくことをねらいに、2024年5月13日に伊勢崎市羽黒町で、メンタルプラス家族支援訪問クリニックを開業した。繰り返すが、訪問診療を通して、本人及び家族支援を行い、メンタルプラス作りを進めることがねらいである。これまでの実績は図2の通りである。

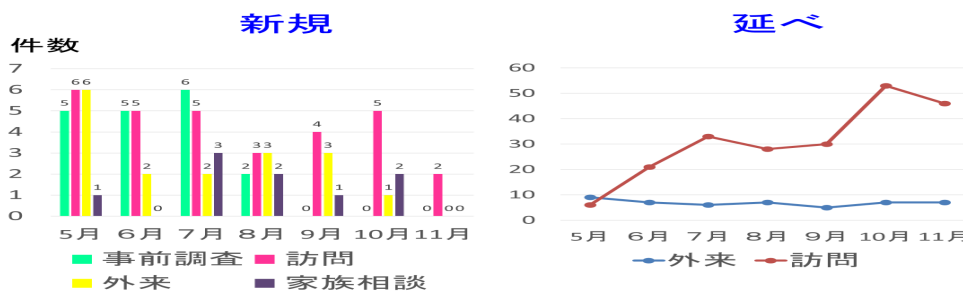


図2 診療の状況

開業当初は当クリニックのスタッフによる事前調査を経て訪問診療を行っていたが、現在は依頼を受けた段階で訪問診療を開始している。家族相談は実費(1回5千円)で対応し、薬物療法とともにSSTを含め心理社会的療法を活用し、診療を通じ、メンタルプラスという姿勢を伝えている。たとえば親子で外来受診した後に、庭の草花に本人自ら水やりを行った事例があった。母親は「うれしかった」と述べたので、母親に「うれしい気持ちを伝える」スキルを説明し、母親の気持ちを本人に伝えてもらった。親が気持ちを伝えると本人も気持ちを伝えるようになる。精神疾患を抱え10年以上無為自閉的な生活を続け、自分の気持ちを言葉で伝えない事例では、訪問した日が誕生日だったので、皆で歌を歌った。家族に促され、「ありがとう」と言った。とてもエンパワーされた瞬間であった。5年以上ひきこもり、被害的な訴えを繰り返す事例では、両親が対応に苦慮していた。訪問診療でも本人と会えなかった。土曜学校のグループワークに父親が参加し、これからの関わり方について、参加家族からいろいろな助言を受け、声がけの仕方についてSSTを活用し練習した。その後両親の子どもに関わる目標が、『医療につなげる』から『毎日、朝声をかける』に変わった。メンタルプラスという姿勢を身につけた家族からの助言はクリニックの実践に大いに役立っている。

5. 今後に向けて

本人や家族がメンタルプラスという姿勢を身につけることができたとしたら、自分たちの地域生活を支える柱となるだろうし、他の人たちにもその姿勢の大切さを伝えることになれば、まさにリカバリーの輪が地域にできることになる。究極の支援者養成である。土曜学校の経験は、著者に新たな目標を与えた。クリニックにおける細やかではあるが根気強い、継続した取り組みは、たとえ目標に届かなかったにしても、新たな人たちが後を継ぎ、地域創りに取り組んでいくことだろう。

6. 文献

- 1) 浅見隆康: 家族支援学を始めよう、やどかり出版、2023年