



統合失調症 (Schizophrenia)



◆統合失調症とは？

- ・ さまざまなこころの症状を示す病気で、特に思春期から青年期に発病することが多いです。
- ・ およそ100人に1人くらいの方がこの病気にかかるといわれています。
- ・ 幻覚や妄想などの陽性症状と、自閉・意欲の低下などの陰性症状、集中力や学習に問題がある認知症状などの症状があります。
- ・ 現在では安全で効き目の良い薬が多くありますので、早期に治療するほど回復も早く、社会復帰ができる可能性も高くなります。

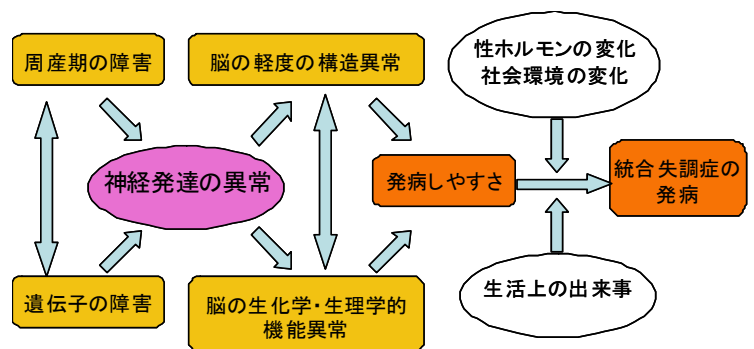
◆どうして統合失調症になるのですか？

ハッキリした原因はまだわかっていませんが、本人側の素因と心理社会的なストレスなどの相互作用が何らかの脳の機能異常を生み出すと考えられています。その結果、脳内の化学物質であるドーパミンやグルタミン酸がバランスを失った時に症状が発現するといわれています。

《脳内の化学物質による働き》

1. まわりの世界から正確な情報を受け取る
2. 情報を処理(理解)する
3. 受け取って処理した情報に基づいて決断する

病気になると、上記の1~3がうまく働かなくなるという訳です。



◆どのような症状がありますか？

本人の体験する症状



- ・ 何事にも無気力になり、何にも興味がわかなくなる。
- ・ 現実にはない「声」(空耳)が聞こえてくる。
- ・ 人が自分の悪口を言っていると感じたり、周りの音や感じたことに奇妙な意味があるのではないかと勘ぐり、おびえる。
- ・ 人付き合いが苦手となり、不安や恐怖にかられる。
- ・ 「自分の考えが周囲の人たちに伝わってしまう」と感じる。



※陽性症状：幻覚・妄想、興奮
思考の混乱

※陰性症状：自閉・意欲の欠如
感情の平板化(感情鈍磨)

周囲の人たちが気づく症状

- ・ 表情が乏しくなったり、積極性がなくなる。
- ・ 話がまわりくどく、何を話そうとしているかわかりにくい。
- ・ 実現困難な事を目標にして、周囲の説得に応じない。
- ・ 家族や世間との接触を避け、部屋に閉じこもりがちとなる。
- ・ 昼夜逆転したり、生活が乱れる。
- ・ 独り言を言ったり、ひとりで笑っていることがある。



◆どのような治療をするのですか？

薬物療法

抗精神病薬（脳内で過剰になっている神経伝達）物質の働きを調整し、症状を改善していく薬）や、抗不安薬、睡眠薬、副作用を抑える薬などを用います。

- 作業療法
- デイケア
- 社会生活技能訓練（SST）など

精神療法

診察や集団療法の中で、病気や症状への理解を深め、心身の安定を図ります。

リハビリテーション

体力や集中力を回復させ、対人関係や日常生活能力を高め、ストレスの対処能力も改善させることを目指します。

※ 統合失調症は服薬をやめると再発したり、症状が悪化したりする傾向があります。そのため、症状が改善されたからといって自分で勝手に薬を減らしたり、服薬を中断することは危険です。また副作用が気になる場合も服薬をやめるのではなく、主治医に相談するようにしましょう。

◆どのような経過をたどるのですか？

<病気の経過>

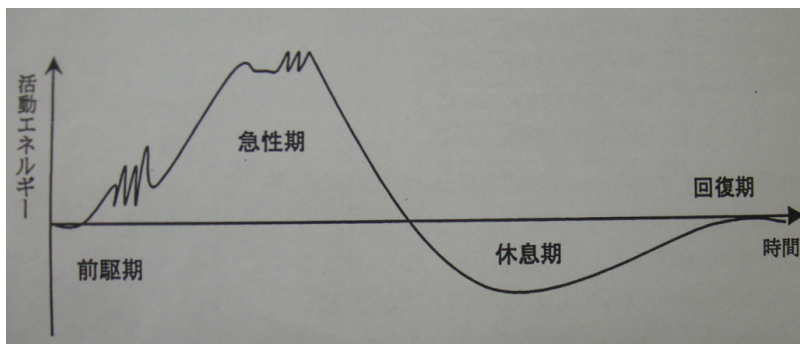
前駆期・・・神経衰弱状態（不眠、抑うつ）、ひきこもり。

急性期・・・活発な陽性症状（幻覚・妄想、興奮 etc）が出現。

休息期・・・陽性症状はおさまり、抑うつ・焦燥・身体症状等が出現。

無理に何かをしようとせずじっくり休みましょう。

回復期・・・リハビリや生活支援が必要。



※上記のような経過をたどって回復していきませんが、回復にかかる時間は人によって異なります。

◆再発を防ぐために出来ることはありますか？

- 通院・服薬を自分の判断で中止したりすることはやめましょう。
- 自分の再発の前の前ぶれのサインを知っておきましょう。
- 困った時に相談できる相手や場所を持っておきましょう。
- 調子が悪いと感じたら、早めに受診しましょう。
- 不安・孤立・過労・不眠は再発しやすい状況ですので、そうならないように心がけましょう。

例えば・・・

- ・頭痛、体のことが気になる。
- ・眠れなくなる。
- ・人を避けるようになる。
- ・学校や職場を休みがちになる。