

11月・12月の月一レターです。

① 夏苺郁子氏の講演会に参加された方からのレター

先月夏苺郁子氏(精神科医)の講演会に参加する機会がありました。著書「人は人を浴びて人になる」でご存知の方は多いと思います。統合失調症(母親)の家族、精神障害(拒食症、自殺未遂等)の当事者、心の病にかかった方と向き合う精神科医としての三つの顔を持ち、壮絶な人生を生き抜いてきた女性です。

彼女は今ここにいられるのは冷たかった世間、育ってきた家庭環境(家庭を振り返りなかった父親、母親らしいことをしてくれなかった母親)への恨みに対する反発が原動力になったと語っていました。それでも過去と向き合い、過去を清算できたのは彼女の身近にいた名も知れぬ普通の人達との出会いだったということでした。数十年経ってようやく過去を受け入れ和解していくプロセスが人を浴びて自立した人になっていくのと重なっていくように、彼女の心の傷を癒してくれたのは、そんな人との出会いだっただろう。彼女は最後に語っていました。「回復には締め切りはありません」と。

今夏苺先生が進めているプロジェクトとは、精神科医療はどうあるべきか(具体的には精神科医のコミュニケーション能力)をテーマに当事者、家族を中心に全国的にアンケートを実施されました。それを冊子に要約し、全国の家族会、施設、医療機関に配布(3万部)する予定ということです。

② 高校の教科書に

2022年より使われる高校の保健体育の教科書に40年振りに精神疾患の記述が復活します。高校の新学習指導要領に「精神疾患の予防と回復」の項目ができ、「運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに、心身の不調に気付くことが重要であること。また疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。」という文言が盛り込まれたそうです。これを基に教科書会社によって教科書が作られるということです。教師や若年層に知識の提供、偏見の改善、援助・受診行動への促進が期待されます。

若者に確かな良い教科書が提供される事を期待したいです。みんなねっとは中学生への教育へも求めていくそうです。

③ 10月26日・みんなねっと関東ブロック栃木大会に参加、

今年度は栃木県宇都宮市文化会館にて、「豊かな明日を築くために～家族と当事者の自立に向けて～」というテーマで開催されました。

午前中は親と子の自立(農福連携の事例)、ピアからのメッセージ。昼食をはさんで、ピアノ演奏と替え歌による八木節はコミカルで楽しいアトラクションでした。

基調講演は糸川昌成先生(東京都医学総合研究所参事研究員)による「脳と心～見えるものと見えないものの意味～」でした。

先生の講演は科学的な根拠を交えながら、とても解りやすく、今回も楽しく聴く事が出来ました。脳は心の一部である。尊厳や自尊心は脳ではない。精神科的治癒は内科とも外科とも違う治癒である。薬は脳を治療し、腑に落ちる物語(ツボ)が心を癒し回復をもたらす。(生活臨床)

家族からの「早期発見、早期治療についての質問に先生からの返答は、精神科での早期治療は内科的考え方ではあてはまらない。「子供にいきなり薬を投与していいものか」「どうやって手を差し伸べるか」薬の効き方ありきではなく、ソフトな考え方が必要。

又、先生のプロジェクトチームがかねてより研究されていた「ピリドキサミン」について、医師主導の治験から製薬会社の興和(名古屋市)と共同で治験を始め、2020年ごろの承認を目指すそうです。(全国約10の医療機関で入院患者を対象に実施する。)

もうすぐ師走、新しい年に向かってラストスパート!

