

こころと身体・脳の関わり：連載第一回

名古屋大学 尾崎紀夫

こころと身体・脳の関わり：自己紹介をかねて

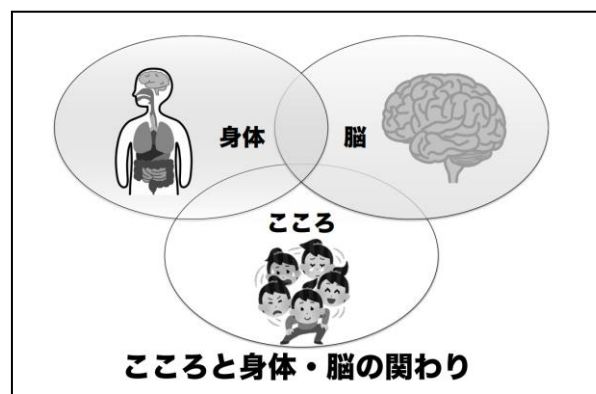
【愛知県精神障害者家族会連合会(愛家連)の皆様と御一緒した思い出】

愛家連の皆様とは、色々なところで御一緒することがあります。例えば今年まで、私が会長を務めておりました愛知県の精神保健福祉協会や地方精神保健福祉審議会では、ともに愛家連の皆様には本当に御世話になりました。心から御礼申し上げます。

また2006年、第40回記念講演会で「ご家族に知っておいていただきたいこと：患者さんの社会復帰に向けて」、2016年、第50回記念講演会で「精神障害はどうして起こるのか？ 遺伝？育ち？遺伝カウンセリングって何？」、さらに2019年、みんなねっと愛知大会で、「社会で暮らす当事者のために精神医学は何が出来るのか：妊娠出産から自動車運転まで」と題したお話をさせて頂きました。

いずれも多くの方々に熱心に聞いて頂き、御質問を頂く時間では、本当にたくさんの方が手を上げられました。さらに例えば、第50回記念講演会の後、当時の愛家連会長から以下の大変有り難いお便りを頂きました。「愛家連の過去の最高参加者の2倍強の360人の参加者でした。なぜこんなに多くの参加者になったのか考えるためにアンケートの最初に、この講演会への参加動機を記す項目を作りました。129通集まりました。うち16通に尾崎先生の講演が聞きたかったとなっていました。また13通が遺伝の話に興味を持ったと明記されていました。

チラシの内容に興味が出たというのも3通ありました。国民の偏見差別意識を取り除くには普及啓発がとても重要に感じています。費用対効果という点では家族会が担うのが一番という確信を持ちましたので、一層活動を活発化していきたいと思っています。」



【自己紹介】こころに関心を持ち、精神科医になるため医学部に入りました。

私は、「人のこころの有り様」に対する興味から、「精神科医になりたい」と考えて名古屋大学医学部に入りましたが、学生時代は身体や脳にはあまり関心を持っていませんでした。1982年に大学を卒業して、医師としての勤務を始めましたが、その当時、「精神科医になるのであれば最初から精神科で勤務して訓練を積む」という「研修」の方式が一般的でした。しかし私の卒業した名古屋大学は「卒業後は、大学病院以外の病院で、色々な診療科で勤務して、様々な疾患の知識や技能を身につけてから、専

門とする診療科での研修をする」という方式(この医師の研修方式が今では一般的になっています)をとっていました。また私が最初に勤務した中京病院の成田善弘精神科部長に「最初の研修はどの様にすれば良いでしょうか」と尋ねたところ、「今後、精神科医になるなら、精神科以外のことを学んで欲しい」と言われました。

【色々な診療科で勤務して感じたこと】

そのため、卒業後の2年間は、精神科以外の内科、脳外科、産婦人科、小児科と救急科で勤務しました。学生時代には思いもよらなかったのですが、この2年間で、身体の病気を持っている方々は、こころの問題を持っていることも多いことを知りました。その中には、身体、例えば腎臓や肝臓の状態が悪くなって脳に影響を与え、それがこころの問題として生じる場合もあることも経験しました。さらに色々な診療科を、精神科の患者さんが受診していることもわかりました。しっかり身体や脳のことを知り、そのことを踏まえた精神科診療が必要だと実感しました。

【大学病院を含む総合病院の精神科で勤務する中で経験して来たこと】

色々な診療科で勤務する研修を終え、精神科医としての勤務を始めて以来、今までずっと、様々な診療科がある「総合病院」の精神科で働いて来ました(この経歴は精神科医の中では少数派です)。その間、身体の病気を持っている方々の脳やこころの問題と精神科の患者さんの身体的な問題を、日々の診療において当事者・ご家族と御一緒に考えるとともに、診療上の課題や疑問点を解決するための研究を実施して来ました。例えば、精神疾患を持っている方は心臓病や糖尿病を起しやすく、寿命も短い

傾向があることが世界各国から報告されています。私たちは、肥満傾向がありイビキをかいている当事者の方々は睡眠中に呼吸が止まっている方が多いことを報告しました。この睡眠時無呼吸症候群については、改めてお伝えしますが、心臓病や糖尿病にも繋がり、寿命を短くする可能性が高いことが分かっています。この様なこころと身体・脳の関わりを考えた診療や研究をしていくには、色々な診療科の医師や様々な研究者と協力して進めることが必要です。そこで医学生達がどの様な方向に進むにしろ、精神疾患に関して以下の4点の理解が必要と考え、教員になってからは精神医学だけではなく、遺伝学、薬理学、公衆衛生といった講義も担当して参りました。1) 誤解・偏見の解消の必要性、2) 身体、脳とこころの要素を考慮する必要性、3) 発症頻度が高く大きな社会的損失をもたらしていること、4) 身体疾患の患者は精神疾患を合併する頻度が高く、精神医学的介入が身体疾患の患者の予後改善に重要であること。

今回の連載をするにあたり、皆様からご意見・ご希望をお寄せ下さい

あいかれんニュースに「こころと身体・脳の関わり」という連載をするにあたり、当事者・ご家族が、「身体のことによってどんなことを困っておられるのか、どんなことを知りたいか」についてアンケートをさせて頂いております。皆様のご関心をもとに、連載の内容も検討させていただきます。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

愛家連として、尾崎教授の今後の連載記事と令和6年度講演会をより良くする為、7月中に家族会にアンケートを郵送しております。このアンケートは、尾崎教授に作っていただきました。どうか皆様の家族である当事者の実態、質問などを記入して返信することを希望します。