



統合失調症（精神疾患）

知っていますか、目に見えない障害のこと

精神疾患は、昔から、偏見や気づかれにくさのために誤解を受けやすい病気でしたが、この病気は特別な人がなるものではなく、誰もがかかる可能性のあるものです。

こうした状況のなかで大切なのは、病気について理解し、社会全体で意識を変えていくことです。そこで今回は、精神疾患のなかでもうつ病の次に患者数が多いとされる、統合失

調症について紹介します。

どんな病気？

考えや気持ちがまとまらなくなる状態が続く精神疾患です。思春期から40歳ごろまでに発症しやすい病気で、決して珍しい病気ではなく、約100人に1人の割合でかかるといわれています。

他の病気と同じように、投薬やリハビリテーションなどの治療を続け

ていくことで回復し、普通の生活を送れるようになります。

何が原因？

脳の機能にあると考えられていますが、今のところ明らかではありません。そのため、「遺伝病」や「親の育て方の問題」などの誤った理解をされることがあります。

例えば、過剰なストレスがもとで脳の一部の機能が不安定になり、精神上に症状が現れるときがあるため、遺伝や性格、育て方の問題が直接の原因とはいえません。

周囲の人ができることは？

精神科の病気は目に見えないため、家族や周囲の人にとってはなかなか理解しにくいものです。病気を理解するためにも、正しい知識を得ることが必要です。

統合失調症の人は、何か活動しようとしても集中力や持続力が続かず疲れやすかったり、人に対して緊張して自分の気持ちをうまく伝えることができなかったりします。病気について理解し、サポート役になることで、お互いに良い関係でいられるのではないのでしょうか。

12月3日(火)～9日(月)は障害者週間です  
互いに尊重し助け合う  
共生社会の実現を目指して

障害者週間とは

「障害者週間」は、平成16年6月に障害者基本法で、12月3日～9日の1週間と定められました。この週間の目的は、「国民の間に広く障がいのある人の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がいのある人が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めること」です。

ともに生きる社会を目指して

障がいのあるにかかわらず、社会参加したいという気持ちは誰でも同じです。しかし、現実の社会では、障がいのある人の多くは、社会のなかでいくつもの困難を抱えています。

この「障害者週間」を機会に、共生社会を実現するため、障がいのこと、障がいのある人のことについて考えてみませんか。お互いに尊重し助け合いながら、ともに生きる社会を目指しましょう。

病気の時期と症状、上手な過ごし方

時期	主な症状など	上手な過ごし方
前触れ	眠れない、神経過敏、わけもなくイライラする	過労、睡眠不足に注意
急性期	幻覚・幻聴、妄想、興奮しやすくなる、考えがまとまらず支離滅裂である	適切な治療を受ける 睡眠・休息・安心感が大切
消耗期	何もする気が起こらない、だるい、眠い	焦らず、無理せず充電期間と捉える 周囲も見守り待つことが大切
回復期	自分で物事を判断できる、前向きに物事を考えられるようになる	再発予防のため治療を継続する リハビリと体力づくりに取り組む 生活リズムを整える（つくる）

健康福祉課障害福祉係 ☎ 34・2090