



心療内科のひとり言

中野弘一 医師

28歳の女性が心療内科に職場での対人関係の悩みを主訴に来院した。症状のきっかけを伺うと、話にくそつにエピソードを教えてください。

しかし、彼女には以前から手のひらから尋常でないほどの汗が噴き出し滴り落ちるといふ悩みがあり、学生時代に、答案用紙に鉛筆で

プロジェクトで一緒に仕事をすることになった、別の部署の男性に好意を持ったようだ。物おじする内向的な彼女ではあったが、勇気を出して彼女からアプローチし、お食事

をし、だんだん交際も親密になっていったようだ。

手のひらから大量の汗



るものと説明され、リラックスするように指導を受けていたので、彼女は心理的な要因によるものと考えていた。

僕は、自律神経は関係しているが、心理的なことだけで手のひらの汗が出ていたのではないと伝えた。ただ、緊張によっても症状は増悪するので心理的な

字や記号が書けなくなるほどで、パソコンを使うための作業にもタオルは欠かせない。緊張する場面では一段と強くなるようだ。

お付き合いはどうか

の段階で、私の手のひらに行くこともおっくうになってきてしま

り、彼を不快にさせてしま

うに、友人に勧められ来院された。

手

のひらの大量の発汗は以前相談したくらいと伝えた。

手

のひらの汗も以前

ことも関係がないわけではないが、治療するに当たって、手のひらの汗と心理的な緊張とは分けて考えた方がいいと伝えた。

学生時代にかかわれたこともあるようだ。1カ月後彼女は何か事もなかったように来院された。少し元気になる。お付き合いのの様子を尋ねると、「手のひらの汗では苦労しているようだね」とお相手は手のひらの汗を知っていて受け止めてくれたことがわかり、お付き合いも順調のようだ。

以前話題になっていた職場に出る時の緊張感も訴えられていない。手のひらの滴る汗を自分の一部とすることも受け入れてくれたようだ。そろそろ心療内科への通院が必要なくなる日も近いと思っ

た。

その後、次の予約には来診せず、心配は的中と思い、キャンセルの診療録に直面化の失敗と考えられると書いて

(三愛病院心療内科 師・東邦大学医学部教授)