心療内科医のひとり言 2018年度

中野弘一 医師

～2～

気になる気持ちを治す

脈の乱れは正常でもしばしば認められる。四十五歳のクリニックに勤めている看護助手さんが、私の初診の外来に紹介受診した。二年前、点滴の処置を介助している時に脈が弾み、その後、しばらく脈が止まることに気が付き不安になってきた。

勤務しているクリニックの先生に心疾患ではないかと相談してみたが、以前に記録した脈の乱れが記録されていない心電図をみて、正常範囲と書いてあるし、心配もないと太鼓判を押してくれた。しかし自分の心配が先生には上手く伝わっていないと思い、少し離れた場所にある総合病院の循環器内科を受診した。

24時間心電図や超音波検査を受け、先生から心臓に心配なところはないとの説明を受けたが、脈の止まる感じが改善しないと訴えると、安定剤を処方された。まだ改善しないと伝えると心療内科を紹介された。自分では心理的なものではないと思っていたが、専門医に紹介されたので今日の受診となったと話してくれた。

私は機能的な不整脈であることを理解してもらうことが今日の診察の目標だと思った。脈を10

0拍くらい数えていると、確かに不整脈が出現した。脈が乱れた後、しばらく遅れて整脈に戻るので、心室性の期外収縮で無害なものだと直感した。聴診で雑音がないことを確認した後、心電図を診察室に運び、心電図でモニターしながら、脈の乱れが出現するのを待った。三分ほど観察していると、訴えの情況が再現した。心電図に心室性の期外収縮が出現し、その後、代償性に休止する様子が記録された。医療関係者なのである程度見慣れたはずの心電図記録を彼女に示しながら、この不整脈は無害であると説明し、彼女も理解を示してくれた。私は脈の乱れが害のないものであることが実証でき安心した。彼女も私と同様に安心して、このまま良くなってくれるのではないかと少しだけ期待した。

次の診察で彼女は脈の乱れについて心電図で心配ないことは理解してはいるのだが、やはり気になってしまうと私に訴えた。それならこれからは脈の乱れは心配ないことは分かっているが、気になるという心配を治療していきましょう、と心理面への治療の提案を伝えた。脈の乱れではなく、気になるという気持ちを治すという治療の目標がはっきりした。この目標に絞って治療を続けていけばきっと良くなると思い、次回一カ月後の診察を予約した。

（三愛病院心療内科医師・東邦大学医学部教授）