



心療内科医のひとり言

2018年度

中野弘一 医師

~ 7 ~

心療内科では相談に来る方の話をよく聞くようにしている。話をよく聞かないとその方が何に困っているのか、何を診療

ことは病気を良くする方向に進むとは限らない。50代の主婦の方が来院した。初診以来2年になる。月に1度の診察では

症状を説明し過ぎ

してほしいのかがわからないからだ。一方で身体に複数ある不具合を毎回丁寧に説明し続けてしま

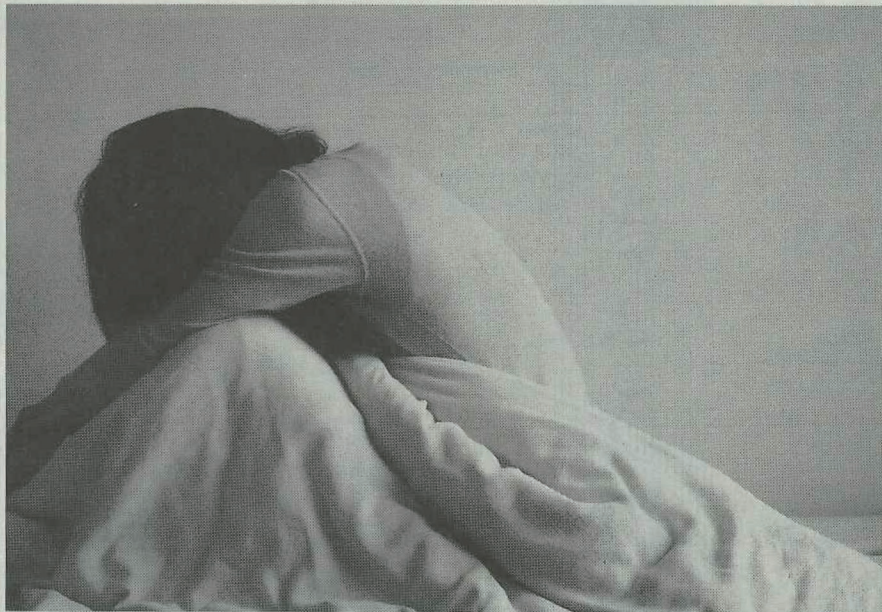
毎回身体の不具合について一つ一つ説明してくれ。僕が症状の説明はしなくてよいと伝えても、すぐに次の症状の話を続け

私の意向は伝わった感じはしない。

私の心配通り、彼女の日常生活がどんどんレベルダウンしてしまつたように、毎日の生活を繰り返すことができなくなつてしまつていた。私は症状の説明はもうしない方がいいことを再び伝えた。少しずつ病態が悪化

状で困っている時の気持ちに戻さないと、私にその時のことをうまく伝えられないことになると考

えられるので、症状のつらさばかりを話すと、悪い時の状態を再体験してしまつことになる。



症状から解き放たれるということは、過去に向かつて自分の症状を繰り返して想起し続けている状態からは生まれず、気持ち

が近未来に向かった時に改善の兆しが見える。良くなる糸口は今悩んでいる症状のことがよくわかることではなくて、症状があつても何ができるかを考え始めた時に軽快への糸口をつかめるようになることが多い。

彼女も症状を持ちながらでも、何ができるかを模索できるよつになるよつ入院治療を支援している。病棟で一日一日の積み重ねで、きつと良くなる出口を見つけることができると思つている。もうひと頑張りである。

(三愛病院心療内科医師・東邦大学医学部名誉教授)