

統合失調症とは

図解・統合失調症

- ＞ 症状の種類
- ＞ 脳の働きと影響
- ＞ 感情への対応
- ＞ 症状の再燃
- ＞ 不安
- ＞ 薬はどのように症状を軽減するのか？
- ＞ あなたの治療プラン

統合失調症について

患者さん、あるいはご家族にわかりやすく統合失調症を説明する資料です。

統合失調症とは？

統合失調症とはどのような病気か？を医療法人 桐葉会木島病院 理事長・院長 南 良武先生に説明いただきました。

- ・ 統合失調症とはどのような病気でしょうか
 - ・ 統合失調症とはどのような症状を示すのでしょうか
 - ・ 統合失調症の原因の一つとして、生体内の化学物質のアンバランスが考えられています
 - ・ 薬により症状の管理ができる病気です
 - ・ 新しいお薬が使えるようになりました
- ▶ [詳細はこちらをご覧ください。](#)

図解・統合失調症

患者さんの病気をご家族や医療関係者と共にチームで治していき、社会復帰のお役に立てるための教育資料である図解・統合失調症ができました。

- ・ Team Care Solutionsをお読みになる前に
- ・ 病気を理解するために
- ・ 治療を理解するために：薬はどのように効くのか
- ・ 薬から最良の結果を得るには
- ・ 症状や副作用に対処するには
- ・ 再燃を防ぐために
- ・ 危機的状況避けるために
- ・ 危機および緊急事態を管理するために
- ・ 家族および友人のための指針



▶ [詳細はこちらをご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)

▶ 統合失調症とは

図解・統合失調症

> 症状の種類

> 脳の働きと影響

> 感情への対応

> 症状の再燃

> 不安

> 薬はどのように症状を軽減するのか？

> あなたの治療プラン

統合失調症とは

統合失調症とはどのような病気でしょうか

—あなただけではありません。日本には約71万3千人の患者さんがいます

この病気にかかっているのはあなたや、あなたのご家族だけではありません。およそ100人に1人がこうした病気を患っているとされており、日本にはおよそ約71万3千人の患者さんがいると推計されています。(平成23年 患者調査より)

統合失調症とはどのような症状を示すのでしょうか

統合失調症の患者さんでは、「陽性症状」、「陰性症状」、「認知症状」と呼ばれる症状を示します。

陽性症状には、他の人が経験していないような音や声が聞こえたり、ものが見えたりする「幻覚」や、真実ではないことを信じてしまう「妄想」などがあります。

陰性症状とは、気力ややる気が欠落している状態です。人と話したくなくなったり、自分の外見をほとんど気にしなくなったりします。

認知症状とは、集中力や学習に問題がある場合を指します。何かに集中できなくなったり、新しい情報を習得するのに困難を感じる症状です。

統合失調症の原因の一つとして、生体内の化学物質のアンバランスが考えられています

精神病は他の病気と同じように医学的に原因のある病気です。人がなぜこうした症状を経験するのかについては多くの説があります。その一つは脳内の化学物質がバランスを欠いた時に症状が発現するという説です。

薬により症状の管理ができる病気です

多くの方が適切な治療によって、陽性症状、陰性症状、認知症状を改善することができます。まずこうした症状を認識することが治療への第一歩となります。症状緩和の最善策の一つとして、化学物質のアンバランスを正すための薬物治療があります。

非定型抗精神病薬の登場

抗精神病薬には大きく分けて定型抗精神病薬といわれる従来型抗精神病薬と、非定型抗精神病薬といわれる新規抗精神病薬の2種類があります。非定型抗精神病薬は、筋肉の不随意運動（遅発性ジスキネジア）や制御できない筋肉のけいれん（ジストニア）などの錐体外路症状と呼ばれる症状や性機能の変化などの副作用が少ないとされています。また、陰性症状や認知機能障害についても、臨床試験の結果から非定型抗精神病薬によって改善する可能性が期待されています。

▲ ページトップに戻る



統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > 不安
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > あなたの治療プラン

図解・統合失調症

患者さんの病気をご家族や医療関係者と共にチームで治していき、社会復帰のお役に立てるための教育資料である図解・統合失調症ができました。



症状の種類

- ・ 陽性症状とは？
- ・ 陰性症状とは？
- ・ 認知症状とは？

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)



脳の働きと影響

- ・ 脳の各部位での脳内化学物質の働きについて
- ・ 脳が受け取る情報に与える影響
- ・ 脳が情報を処理（理解）する過程に与える影響

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)



感情への対応

- ・ 統合失調症に順応しようとするときつらい感情
- ・ 当惑感
- ・ 罪の意識
- ・ 怒り
- ・ 自分に責任がある
- ・ 恐怖
- ・ 恥ずかしい
- ・ 孤独感 など

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)



症状の再燃

- ・ 症状の再燃をしないために
- ・ 再燃が近いことの警告症状

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)

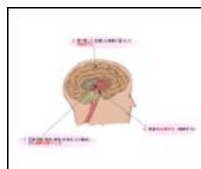


不安

- ・ 不安の原因について
- ・ 抑うつ
- ・ 自殺願望

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)



薬はどのように症状を軽減するのか

- ・ 薬による脳内化学物質のアンバランスを調整
- ・ 脳内神経経路と神経伝達物質
- ・ 脳内化学物質が情報伝達に果たす役割

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)



あなたの治療プラン

- ・ 薬の服用
- ・ カウンセリング
- ・ 精神保健教育
- ・ 治療的レクリエーション
- ・ リハビリテーション
- ・ 支援グループ
- ・ 地域の中の社会資源

▶ [詳細はこちらからご覧ください。](#)

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

> 症状の種類

> 脳の働きと影響

> 感情への対応

> 症状の再燃

> 不安

> 薬はどのように症状を軽減するのか？

> あなたの治療プラン

図解・統合失調症

症状の種類

統合失調症の症状を理解してより良い生活を送るために、症状を管理する方法をみつけて下さい。主に次の3つの種類に分けて、症状を把握することができます。

陽性症状

陽性症状とは、現実には起こっていないような考えや信念、感覚を持つことを意味します。主な症状は幻覚（他人が経験していないような音や声が聞こえたり、ものが見えたりすること）や妄想（真実でないことを信じてしまうこと）です。

具体的には右のような症状があります。



陰性症状

陰性症状とは、気力ややる気が欠落している状態です。

元気だったころはよくしていたことをする気がなくなります。

具体的には、右のような症状です。



認知症状

認知症状とは、学習や集中力に問題がある場合を指します。

たとえば、初めての場所へはどう行けば良いかなど、新しい情報を習得するのに困難を感じます。

具体的には、右のような症状を指します。



脳の働きと影響 ▶

▲ ページトップに戻る

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

> 症状の種類

> 脳の働きと影響

> 感情への対応

> 症状の再燃

> 不安

> 薬はどのように症状を軽減するのか？

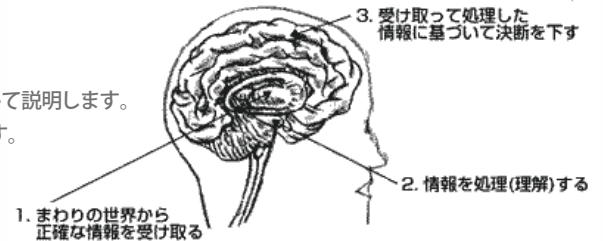
> あなたの治療プラン

図解・統合失調症

脳の働きと影響

脳の各部位での脳内化学物質の働きについて

ここでは、脳の各部位での脳内化学物質の働きについて説明します。
脳内化学物質には、右図のような3つの働きがあります。
統合失調症は、これらの働きに影響を及ぼします。
一体どんな影響があるのか詳しく見ていきましょう。



脳が受け取る情報に与える影響

統合失調症は次のように、脳が受け取る情報に影響を及ぼします。



▲ [ページトップに戻る](#)

脳が情報を処理(理解)する過程に与える影響

統合失調症は、脳が情報を処理(理解)する過程に、次のような影響を与えます。



統合失調症はこのように、脳の働きに影響を及ぼします。
一部の患者さんは、大切なことを決断することが非常に難しくなります。
このような症状がみられる場合は、できるだけ早くかかりつけの医師にお話して下さい。

◀ [症状の種類](#)

感情への対応 ▶

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > 不安
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > あなたの治療プラン

図解・統合失調症

感情への対応

統合失調症に順応しようとするとき、患者は以下のようなつらい感情を抱く傾向があります。

- ・ 当惑感
- ・ 恐怖
- ・ 罪の意識
- ・ 恥ずかしい
- ・ 怒り
- ・ 孤独感 など
- ・ 自分に責任がある

これらの感情に向き合い、どう対処すればよいかを考えることで、症状を緩和することができます。

現在のあなた自身の感情の程度を記入してみてください。
どの感情が最もあなたを悩ませているかわかるでしょう。

1. 「どうして私が？そんなことはあり得ない」と、病気になったことが信じられない。



最もひどい		経験がない		
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

2. 家族や親しい人に対し、迷惑をかけて申し訳ないという気持ちがある。



最もひどい		経験がない		
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

3. なぜ、自分だけがこんな目に合わなければならないのかと思うと腹立たしい。



最もひどい		経験がない		
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

▲ [ページトップに戻る](#)

◀ [脳の働きと影響](#)

[次のページへ](#) ▼

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

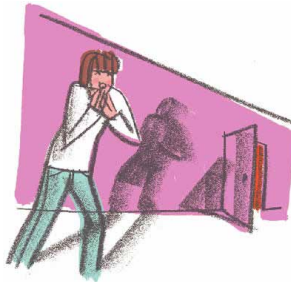
- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > 不安
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > あなたの治療プラン

4. この病気になったのは、すべて自分の責任だと思う。



最もひどい			経験がない	
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

5. 自分はこれからどうなってしまうのだろうと考えると、恐ろしくてたまらない。



最もひどい			経験がない	
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

6. この病気にかかっていることを、周りの人に知られるのが恥ずかしい。



最もひどい			経験がない	
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

7. 誰も自分の気持ちをわかってくれない。



最もひどい			経験がない	
1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5 ○

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症を発病した多くの人々が失望し、怒りさえ覚えますが、こうした感情は全て正常なのです。

重い病気に直面しているたいいの人が、こうした感情を経験するようです。

しかし、こうした感情にとらわれてしまうと、その後の経過が困難になる可能性があります。

緩和への第一歩は、最もあなたを悩ませている感情が何かを知り、その感情への対処法を見つけ、病気のコントロールに取り組んでみることです。

◀ [脳の働きと影響](#)

[症状の再燃](#) ▶

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > **症状の再燃**
- > 不安
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > あなたの治療プラン

図解・統合失調症

症状の再燃

症状の再燃をしないために

あなたは治療を始めてから数週間で、症状がよくなっていくのを感じるでしょう。しかし、たとえ症状がよくなっても再び悪化する可能性があります。こうした症状の再燃を防ぐためには、次のようなことを注意して行って下さい。



一度に生活をいろいろと変えない。



身近な人に、あなたの行動(特に具合の悪いときの行動)を知ってもらう。



毎日、薬の服用を続ける。



アルコールに手を出さない。

▲ [ページトップに戻る](#)

再燃が近いことの警告症状

もし、新たな症状が現れたり、よくなったけれど決して消えないように思える症状が悪化したら、再燃が近いことを警告しています。このような早期の警告症状の一部には、次のようなものがあります。



夜、眠れない。



いつもより忘れ物が多い。



いつもは好意を持っている人や、場所、ものに対して恐怖を感じる。

症状の再燃を防ぐ最もよい方法は、自分の早期の警告症状に注意することです。その一つの方法として、こうした症状が現れたら、その症状をカレンダーの日付の上に書き込むとよいでしょう。

また、こうした症状に気づいたら、直ちに医師やケースマネージャーなどに知らせるようにしましょう。

◀ [感情への対応](#)

不安 ▶

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > **不安**
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > あなたの治療プラン

図解・統合失調症

不安

あなたは治療を始めてから数週間で、症状がよくなっていくのを感じるでしょう。しかし、たとえ症状がよくなっても再び悪化する可能性があります。こうした症状の再燃を防ぐためには、次のようなことを注意して行って下さい。

不安の原因について

統合失調症の症状よりも、不安感がひどく現れる場合があるかもしれません。不安感がひどいと感じるならば、医師などに相談してみてください。

また、不安の原因が分かれば、よくなることがしばしばあるので、それについて考えてみましょう。次のようなことが、不安の原因になることがあります。



▲ [ページトップに戻る](#)

抑うつ

何週間もずっと落ち込んでいたり、常に絶望感に見舞われている状態になることを抑うつといいます。このような症状は、統合失調症の症状が改善し始めるころに現れることがありますが、抗うつ薬によって治療することができます。



すぐには効き目が分からないかもしれませんが、数週間でよくなってくるでしょう。

自殺願望

今あなたが自殺を考えているのならば、直ちに助けをもらうことが重要です。治療によって自殺したいという感情は緩和されるので、治療チームのメンバーなど、信頼できる人に話して下さい。

そうすれば、また自殺したくなって助けが必要となときに、誰に相談すればよいかを前もって知ることができます。



◀ [症状の再燃](#)

[薬はどのように症状を軽減するのか？](#) ▶

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > 不安
- > **薬はどのように症状を軽減するのか？**
- > あなたの治療プラン

▲ [ページトップに戻る](#)

脳内化学物質が情報伝達に果たす役割

脳内の化学物質は情報の伝達に重要な役割を担っています。このバランスを調整することで薬は効き目をあらわします。しかし、症状は徐々に改善されていくので、回復のためには少なくとも数週間から数ヶ月の期間を要します。

また、一度よくなったとしても主治医の指示に従い服薬を続けて下さい。治療を継続することが症状の再燃防止に最も重要なことです。



▲ [ページトップに戻る](#)

◀ [不安](#)

[あなたの治療プラン](#) ▶

▲ [ページトップに戻る](#)

統合失調症とは

▶ 図解・統合失調症

- > 症状の種類
- > 脳の働きと影響
- > 感情への対応
- > 症状の再燃
- > 不安
- > 薬はどのように症状を軽減するのか？
- > **あなたの治療プラン**

図解・統合失調症

あなたの治療プラン

統合失調症は治療しなければ時間とともに悪化しやすい病気ですが、ほとんどの人は、いつから症状が出現したのかさえ思い出せないでしょう。危機的な状況を経験するなどの重大なことが起こって初めて、統合失調症やそれに類似した疾患であると診断されることが多いのです。入院するような状況になってから、自分が病気であることや治療でよくなることを知る人もいます。

統合失調症は治療で回復し得る病気です。あなたが自立した生活をしたいか、学校や職場へ戻りたいと望んでいるなら、治療していくことが必要です。あなたの治療内容は必要に応じて、次のような項目になります。

薬の服用

集中力を改善し、抑うつ、声、猜疑心、まとまらない思考などの症状を軽減する。



カウンセリング

定期的な情動面へのサポートをしたり、病気により生じる問題に対処する方法などを学ぶ。



精神保健教育

病気とその対処方法、回復方法、再燃を防止する方法などを学ぶ。



治療的レクリエーション

ストレスを心地よいレベルに保つ方法、自分の考えのより上手な伝え方、余暇を楽しむための行動の見付け方を学ぶ。



◀ [薬はどのように症状を軽減するのか](#)

リハビリテーション

あなたが選んだ生活環境、職場や学校でうまくやっていくために必要な技能を学ぶ。



支援グループ

同じ問題で悩む人々及び家族や支援者と話し合い、学び合うために集まりお互いに助け合う。



▲ [ページトップに戻る](#)

地域の中の社会資源

あなたに役立つ社会福祉制度など社会資源の活用方法を学ぶ。



さまざまな面から症状に応じて、あなたに最も適切な治療プログラムが作成されますので、医師やカウンセラー、支援グループなどと相談しながら治療していきましょう。薬の服用については、医師との話し合いのあと薬が処方されます。薬は、あなたの症状を軽減し、病気を改善し、再燃を遅らせたり防いだりすることがあります。また新薬の発見により有効な治療の選択肢も広がってきています。



▲ [ページトップに戻る](#)