



精神科の診療とは

石井 映美 (保健管理センター 精神科)

今回は、精神科の受診を考えている方のために、当科の診療について少しお話ししようと思います。

初めての受診

精神科の敷居が格段に低くなった昨今ですが、それでも受診を躊躇する人はまだまだ多いのではないでしょうか。訴えをちゃんと受け止めてもらえるか、怒られやしないか、そしてどんな治療を受けることになるのか…。いろいろ心配になるのは、よくわかります。もし、当保健管理センターをお考えであれば、現在、常勤精神科医は男性2名女性1名の計3名で、それぞれの個性、持ち味で診療にあたっています。我々は受診者とのやり取りの中でさりげなく、どうして欲しいか何が本当の問題なのか等、種々のサインをキャッチしようとしています。そんなふうに、我々と初診の人とのお付き合いがはじまるのです。

いよいよ治療

いろいろ話せて、それだけでスッキリする人もいれば、その先の薬物療法を切に必要としている人もいます。この、お話をすることで安心してもらおう、というのは治療という精神療法の部分です。精神療法の効果が十分出て、その後の治療期間を共に戦ってゆく同士である主治医と、しっかり良い関係が築けることが理想です。その上で我々がよく行う治療に、精神科薬を使った薬物療法があります。こちらは、必ず何らかの生物学的な影響をもたらします。この頃では、賢明な学生さんがかなり軽症のうちに自身の異和感を訴えに来てくれるので、薬物療法を開始すべきか今はまだ待つべきか、判断に迷うこともままあります。というのは、薬物治療には、苦痛を緩和する効果の他に、困難もまたあるからなのです。これについて、少しお話しします。

精神科の薬物療法とは

率直に言うと、薬は効果がある分、副作用もまたあります。特に向精神薬と言って我々が用いる薬は、時として飲み心地が良くない場合もあるようです。唾液の分泌が抑えられ口が乾く、食欲不振になる、手足に力が入りにくくなる、便秘がちになる…等気になる症状が出る人もいます。それらは人それぞれで、感じやすい人もいればそうでない人もいます。

効果に関しても、少量で効く人と、なかなか有効量に到達しないかのように見える人もいます。精神科は一般の科に比べても、処方量のさじ加減が難しい印象があります。そんなわけで、処方をあえてしない場合、頓服薬(困ったときだけ服用する薬)しか出さない場合等、その人それぞれの対応になるわけですが、どんな場合も来所に至ったその人なりの“困ったこと”の存在を、我々は十分承知しているつもりです。

それでもなお、服薬を勧めたい場合に我々は処方をするのですが、処方内容は病状の重さとも一概には比例しません。その人の体格、他の内服薬の有無、病勢等、いろいろな観点で調節をします。思いがけない処方が出る人もいるでしょうが、主治医に疑問点をよく確認すると、その意図するところがわかってくると思います。どうしても処方された薬が飲みにくい場合、率直に教えてくれるとありがたいのです。

精神科薬も一般科薬剤同様、ここ10年余り進化してかなり高性能になりました。特に気分改善薬と抗精神病薬は著しい進化を見せ、治療する側にとっても以前に比し格段に使いやすいものになっています。実際、精神科薬は、大抵の場合どれも優れた効果をもたらすのです。

人が人を診ること

今日、情報処理技術は格段に進歩しています。例えば、あてはまる項目をチェックすると診断がつき、治療のための指示が出る、というソフトがあったらどうでしょうか。皆さんはもっぱらそれを利用し、病院に行かずにすませますか。やはり同じ人間に、人として向き合い、理解してもらおうとするのではないのでしょうか。そしてこの“科学に基づいて人が他の苦しみを受け止め、機嫌よく生きる手伝いをする”というのが医療の原点だと思うのです。この原点に最も近い科の一つが、我々精神科ではないでしょうか。

それでも、こわいな、何かいわれそうだな、と受診を躊躇するあなた。例えあなたに何か好ましからざることがあっても、裏にはきっとやむを得ない理由があることを我々は了解しています。我々3名(近々プラス非常勤1名)、いつも“ほけかん”で待っています。



ひとりで悩まず ^{ほけかん} 保健管理センターへ

保健管理センター受付 029(853)2410

学生相談室受付 029(853)2415