

心の病気かなと思ったら、一人で悩まず早めの相談を！ 「統合失調症」をご存じですか

近年、心の病気を患う人は300万人以上といわれ、本市でも約1,800の方が精神科や心療内科に通院されています。ストレス社会で生きる私たちにとって、心の病気は、いつ誰が発症してもおかしくないごく身近な病気です。

中でも統合失調症は、100人に1人が発症するといわれる決して珍しくない病気です。周囲の誤解や偏見に悩まされたり、病気にどう対応すればよいか分からず、治療になかなか結び付かず苦しんでいる方も多くいます。

まずは、誰もが心の病気について正しく理解しておくことが大切です。

問合せ 各保健センター（中央・☎21-5354／菖蒲・☎85-7021／栗橋・☎52-5577／鷺宮・☎58-8521）

統合失調症とは

統合失調症は、脳のさまざまな働きをまとめる（＝統合する）ことが難しくなる病気です。10代後半から30代の若年層に多く発症する「脳の機能障害」と考えられています。

発症の理由は、人生の転機で起こる緊張や人間関係のストレスなどさまざまな要因が考えられます。



治療方法

治療には、「通院・服薬」「リハビリテーション」「専門家・家族による心理的サポート」などを組み合わせて行うことが有効と考えられています。症状が出ないように服薬を基本として、ストレスや対人関係の対処法を学びながら、生活のリズム・持続力・集中力などの回復を目指します。

治療は長期に及ぶことが多いですが、気長にあせらず前向きに治療に取り組むことが大切です。

正しい理解と対応を

日ごろから心の病気に関心を持ち、私たち一人一人が誤解や偏見を持たずに正しく理解しておくことが大切です。早めの治療がその後の病気の回復に大きく影響します。一人で悩みを抱えず、専門の医療機関、または各保健センターにご相談ください。

代表的な症状

- ◆「幻覚」…実際にはないものがあるように感じられること。
 - ・誰もいないのに悪口やうわさ話が聞こえる。（幻聴）
 - ・実際にはないものが見える。（幻視）
 - ・幻聴と対話する。（独語）
 - ・ニヤニヤ笑う。（空笑）
- ◆「妄想」…周囲の人が訂正しようとしても、現実的にありえないことを信じてしまうこと。
 - ・周囲の人に悪く思われていると信じ込む。（被害妄想）
 - ・周囲の人に見張られていると感じる。（注察妄想）
- ◆「生活の障害」
意欲が低下したり、感情が表に出なくなったり、集中力、行動力、社会性などが低下し、引きこもりの状態になることもある。そのため、周囲から見ると怠けていると見られやすい。



こころの健康講座を開催します（要予約）

～統合失調症を正しく理解するために～

まずは、自分や身近な人にも関係のある問題として、心の病気について正しく理解しましょう。

どなたでもお気軽にご参加ください。

日時 6月8日(土) 13時30分～16時

会場 ふれあいセンター久喜3階会議室

定員 80人

テーマ 精神障がいについて理解を深める～統合失調症である当事者からのメッセージ～

内容 当事者とその家族から病気の経過や今の暮らしについてお話を伺います。その後、参加者の方の心配ごとや困りごと、心の病気に対する疑問などを各グループで話し合います。

申込み・問合せ 5月31日(金)までに、各保健センターに電話で、お申し込みください。