

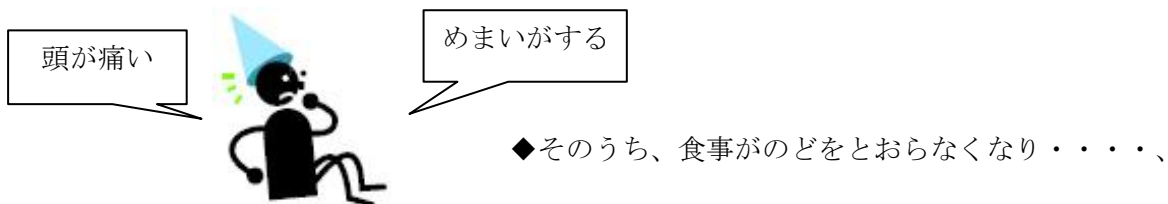
<今回のこころ塾は身体表現性障害です>

身体表現性障害のこころ塾は4回にかけて行われます。身体表現性障害は聞きなれない病名ですね。どのように治療していくのか、一緒に学んでいきましょう。

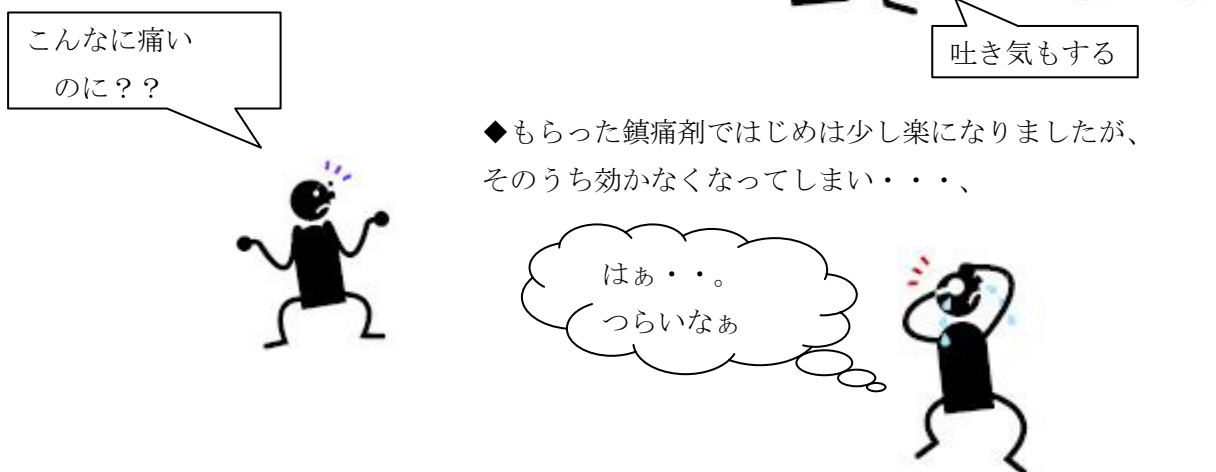
1. 身体表現性障害とはどんな状態なのでしょうか？

☞ 商社に勤める 29 歳の男性、A さんの例を見てみましょう。

◆ A さんは、実績が認められて、新しいプロジェクトチームのメンバーに選ばれて、仕事を一生懸命頑張っていました。1ヶ月経った頃から・・・、



◆ 内科や胃腸科、脳外科などに行き検査しましたが、以上は見つからず「病気ではない」と言われました。



2. 身体表現性障害のメカニズムはどのようなメカニズムなのでしょうか？

身体表現性障害のメカニズムは、まだ分かっていないことも多いのですが、ストレスや不安、葛藤などの心理的な要因が作用して、身体症状があらわれてきていると考えられています。

3. 身体表現障害には5つのタイプがあります

① 身体化障害

数年に渡って、多くの自覚的な痛みや症状があり、どの症状も身体の病気にはあてはまらず、仮に何らかの身体の病気があったとしても、患者さんが訴える痛みや症状は釣り合わない程の大きいものになります。また身体的な症状に加え、不安や抑うつ気分があらわれてくることもあります。

② 心気症

体の些細な変化が気になり、「自分は何か重い病気にかかったのではないかとひどく心配になり不安でたまらない状態のことです。医師から異常ではないと言われても、特殊な病気になったのではないかと考え次々と医療機関を変え（ドクターショッピング）してしまいます。総合診療科の外来を訪れる2割から5割が心気症といわれています。

③ 身体醜形性障害

自分の顔や体が著しく醜い、みっともない、と思いこんでしまうものです。他人から見れば、欠点などと思わないのに他人が何を言っても納得できず、美容整形手術を受けたり化粧品や服で隠したりします。これが重篤になると人目を避け家に引きこもり、社会生活に支障が出てきます。

④ 疼痛性障害

痛みを様々な形で長期間にわたり持続して訴えます。こうした痛みを自覚する引き金としては、実際に体の病気や事故が関わっていることがありますが、痛みのために日常生活が営めなくなっていく。内科的にも痛みを匹敵するような原因はみつきりません。

⑤ 転換障害

ストレスや葛藤が近く神経や運動神経の異常をして現れてくるものです。体の運動機能や感覚機能が原因不明のままうまく働かなくなります。例えば、急に歩けなくなる、声がでなくなる、目が見えなくなるといったことが生じます。

4. 身体表現性障害の治療

治療法としては大まかに①薬物治療と②心理治療があります。

① 薬物療法・・・「身体表現性障害にはこの薬！」というものはありません。身体表現性障害の薬物治療では、症状に合わせて、抗精神病薬、抗うつ薬、抗不安薬、睡眠挿入薬などが使われます。

② 心理療法・・・自分にとってストレスとは何か、なぜ症状があるのかなどを理解し、ストレスを察知することや軽減していく方法を治療者と一緒に身に付けていきます。

5. 最後に

身体表現性障害の症状は何らかのこころの辛さの訴えです。ゆっくりと、ご自分の気持ちを見つめていくことが大切です。身体表現性障害のこころ塾ではこのような内容を学んでいきます。

興味のある方は当院までご連絡ください。