

精神障害のある方の雇用を考える

①精神疾患、こころの病、精神障害とは？

◎はじめに

～精神疾患は誰もがかかる可能性のある疾患～

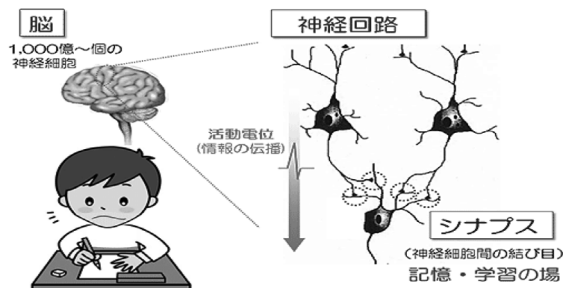
精神病、こころの病について、皆様はどのようなイメージをお持ちでしょうか。精神疾患は、かつては病気のメカニズムや原因がわからなかったため、恐れられ隔離されていた悲しい時代がありました。欧米でも魔女や悪魔などに例えられ、迫害された歴史があります。それは人々が不安に感じた言動が、病気ゆえの症状だということを理解できなかったためです。



しかし現在は医学の進歩により、脳機能の不調による影響で症状が現れることが明らかになりました。「こころの病」というと、情緒的な気持ちやハート（ときめきや緊張が現れる心臓部？）というイメージ

ですが、その情緒や身体反応を司っているのは千数百億個あるといわれる脳神経細胞の働きによります。この脳神経細胞は互いにつながり緻密で複雑なネットワークを形成しています。神経細胞から電気信号を発し脳内神経伝達物質をやりとりが行われることで、私たちは様々なことを感じ、考え、行動することができます。

このように脳機能はとても複雑かつ高度で繊細なため、長期にわたる過重なストレスやダメージを受けるような出来事（犯罪や災害その他）を経験すると、脳神経細胞の働きに不具合が生じます。精神疾患の多くは、ストレスに関連した脳内神経伝達物質の乱れや、脳機能の働きの低下が関係していると考えられています。

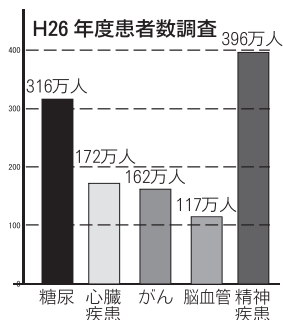


私たちは祖先から引き継いだ体質（もともとある生物的な素因）があります。そこに環境の影響やさまざまなストレスなど、いくつかの要因が関与して、心身の病気になると考えられています。従って、人によってストレスがどのような病気として現れるかは違ってきます。ある人は心臓疾患にかかりある人は円形脱毛症になり、ある人は消化器系の潰瘍として現れる、そしてある人は精神疾患にかかる、ということです。

今では、精神疾患は誰もがかかる可能性のある、ありふれた疾患として位置づけられています。厚生労働省は2011年7月に、地域医療の基本方針となる医療計画に盛り込むべき疾病として指定してきたがん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病の4大疾病に、新たに精神疾患を加えて「5大疾病」とする方針を決めました。

職場でのうつ病や高齢化に伴う認知症の患者数が年々増加し、国民に広く関わる疾患として重点的な対策が必要と判断したからです。

厚生労働省の平成26年度患者調査では、精神疾患および精神障害者の患者数は396万5千人となっております。ちなみにがん（悪性新生物）患者数は162万6千人、脳血管疾患患者数は117万9千人、心臓疾患患者数は172万9千人、糖尿病患者数は316万6千人です。



◎精神障害とは？

～症状や障害は固定的ではなく

治療と周囲のサポートで回復します～

精神疾患は高血圧や糖尿病、リウマチのような慢性疾患です。症状の治癒に向けて、あるいは再発予防のために、多くの場合、長期間にわたる通院と治療を続けることとなります。そして症状だけでなく、症状の後遺症が生活の困難さにつながる可能性があります。たとえば、後遺症としての脳機能の不調が「周囲からの刺激やストレスを感じやすい」、それに伴う「疲れやすさ」「多くの情報

を一度に与えられると整理しにくい」などがあります。また精神疾患にかかったことによる精神的なダメージを受け、悲観的になりやすいことや、自分はだめな人間だと、自己否定的になり何かをしようとする意欲がもてなくなるなど社会生活にも影響を及ぼします。

しかし医療機関にかかり、精神疾患や障害について自分でもよく理解し、上手な付き合い方を知ることによって、回復を促すことができます。精神障害は固定したものではありません。医療福祉サービスを利用しながら生活や働くためのリハビリを行い、周囲の理解や適切なサポートが得られれば、自己治癒力が高まり障害も改善し、自分らしく生活し働くことができます。

◎病気や障害とつきあいながら生きること

～働くことは最大のリハビリテーション～

人がこの世に生まれ自分の人生を歩むこと、それは大変な道のりであり、長い旅をするようなものです。生きていける中では、思いもかけない出来事、過酷な体験がある日突然やってきます。難病にかかる、事故により大怪我を負い後遺症が残る、そして大地震、災害、日常生活が一瞬にして崩れ去る衝撃…それは決して他人事ではありません。



精神障害もまた、過酷な体験です。何人もの方が「まさか自分が精神病になるとは夢にも思っていなかった」とおっしゃいました。ごく普通に学生生活や社会人生活を送っていましたが、たまた

ま何らかの条件が重なり、胃潰瘍や心臓疾患などの他の病気ではなく、たまたま精神疾患にかかり精神障害をもつことになったのです。この、初めての体験に対して、誰もが戸惑い苦しみ、絶望的な気持ちになります。ご家族もどうしていいかわからず、悩み苦しめます。その大変な苦労は経験した方にしかわからないでしょう。

ただ誰もがいつでも何らかの病気や障害をもつ可能性があることは、経験がなくても想像することはできます。私たちは、大変な経験を背負いながらも前へ進む努力を惜しまない方々から、勇気と希望を教えられていることを忘れてはなりません。それは自分自身が何らかの病気や障害をもつことになったとき、身をもって実感することと思っております。



人は生きていける中で喜びもあれば困難もあります。そしてどのような状況に置かれても実は「働く場」があることで生きるための大きな力になります。「働くことは最大のリハビリテーション」という言葉があります。どの病気や障害のある方にも当てはまる言葉です。次回は精神障害のある方が、働くためのリハビリを行い「できる力・健康な力」を取り戻していく姿をご紹介したいと思います。

【参考URL】

- 厚生労働省 平成26年患者調査
- 厚生労働省 みんなのメンタルヘルス
- 厚生労働省 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト こころの耳
- 理化学研究所脳科学総合研究センター
RIKEN BRAIN SCIENCE INSTITUTE

北岡 祐子

【プロフィール】

医療法人尚生会 就労移行支援事業（創）シー・エー・シー 所長

* 精神保健福祉士（精神障害のある方への生活支援、就労支援の仕事に携わり25年）

* 一般社団法人兵庫県精神保健福祉士協会 会長

【著作】

- 「暮らす・働く・日々がSST」前田ケイ・安西信雄編『本人・家族のためのSST実践ガイド こころの科学』日本評論社.
- 「職場開拓と職場定着支援—精神障害をもつ方の一般就労を実現するために—」『精神科臨床サービス 第9巻2号』星和書店
- 「就労移行支援事業所における支援の実践」『新版 就業支援ハンドブック』独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構.
- 『精神・発達障害者雇用支援ガイドブック』一般社団法人兵庫県雇用開発協会 編集委員

