統合失調症 ご家族指導用

ご家族の皆さまに知っておいていただきたいこと

病気に対する正しい理解が
早期回復のポイントです

- 決して特殊な病気ではありません。
- 適切な治療で回復・寛解することができます。
- 治療の基本は薬物療法です。
- 周囲の方のサポートが大切です。

[監 修]
香川大学医学部 精神神経医学講座 教授
中村 祐

1 決して特殊な病気ではありません。

統合失調症は、脳の機能障害による病気です。脳の神経間の情報伝達にトラブルが起こることで、幻聴や被害妄想、不安、緊張、気力や関心の低下などの症状が現れます。およそ100人に1人がかかると言われており、決して特殊な病気ではありません。

根本的な原因はまだわかっていませんが、心理社会的ストレスや、ストレスに対するもろさといった要因など、様々な要素が絡み合っていると考えられています。

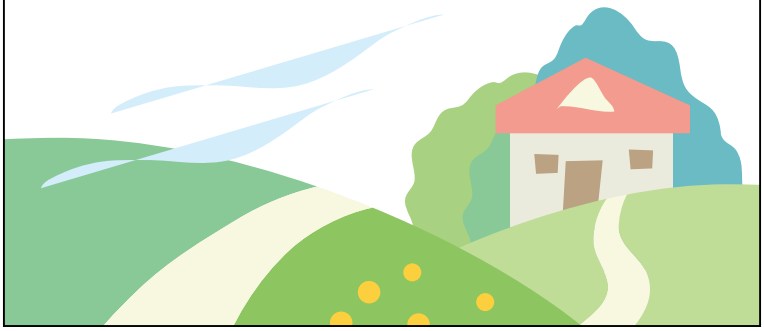
一般的な症状

陽性症状

- 幻覚・幻聴
- 被害妄想
- 思考の混乱（会話に脈絡がないなど）
- まとまりのない行動
- 不安定な感情

陰性症状

- 感情鈍麻（喜怒哀楽の表情が乏しいなど）
- 意欲の減退
- 注意力・集中力の低下
- 社会的引きこもり



2 適切な治療で回復・寛解することができます。

患者さんとご家族、そして医療スタッフが病気について共通の理解を持って治療計画を立て、協力し合ってそれを実践していくことが治療の基本です。

症状を改善するお薬や、患者さんの精神療法、リハビリテーションなど、効果的な治療法が確立されてきました。早期に適切な治療を行うことで、多くの患者さんが回復・寛解し、社会参加が可能になっています。

薬物療法

症状が激しい時期（急性期）には、抗精神病薬という薬が効果を発揮します。

症状が落ち着いた慢性期でも、再発・再燃を防ぐために長期にわたる薬物療法が大切です。

精神療法

患者さんやご家族が病気や病状に対する理解を深めるためのサポートです。精神的な安定を図ることを目的に行います。

リハビリテーション

急性期が過ぎた後に開始します。作業療法やレクリエーション療法、生活技能訓練やデイケアでの活動などにより、体力や集中力の回復を図ったり、ストレス対処法などを学びます。

3 治療の基本は薬物療法です。

1 抗精神病薬という薬が使われます

抗精神病薬は、脳の中で起きている情報伝達機能の混乱を改善させることで症状を抑える薬です。

抗精神病薬は大きく分けると（1）主にドーパミンという神経伝達物質に作用する「従来型（定型）」と、（2）ドーパミン以外にセロトニンなどの神経伝達物質に作用する「新世代型（非定型）」があります。薬の効果には個人差があるため、薬の種類や服用量、副作用の問題などを検討しながら、その人に合った薬を使用します。

治療薬の種類

従来型（定型）	●ドーパミンに作用 ●主に陽性症状（幻覚や妄想など）を改善
新世代型（非定型）	●ドーパミン以外にセロトニンなどに作用 ●陽性症状と陰性症状（意欲や活動性の低下など）を改善

剤形の主な種類

液剤	●水なしでも飲めます。 ●携帯に便利な分包もあります。
錠剤 カプセル剤	●携帯に便利です。 ●舌上で唾液により溶ける錠剤もあります。
細粒	●量を細かく設定できます。

2 新世代型の抗精神病薬は、こんな特徴があります

従来型の抗精神病薬は陽性症状と呼ばれる幻覚や妄想などに効きますが、閉じこもりがちになったり、意欲的になれないなどの陰性症状にはあまり効果がありませんでした。それに対して、新世代型抗精神病薬は次のような特徴を持っています。

1. 陽性症状にも従来型と同等の効果が期待できる。
2. 陰性症状にも効果が期待できる。
3. 従来型と比べ、手やからだのふるえ、舌や顎のこわばりといった錐体外路症状と呼ばれる副作用が少ない。
4. 無月経、乳汁漏出、性欲の減退が起こりにくい。
5. ものを考えたり注意を向けたりするなどの認知機能の改善効果も期待できる。

**慢性期に入り、症状が安定してきた後も
再発・再燃を防ぐために、
規則正しい服薬を継続することが大切です。**

3 副作用に気をつけてください

統合失調症は長期間にわたって薬を服用する必要があるので、副作用には十分にご注意ください。次のような副作用や不快な症状が起きた場合は、まず主治医にご相談ください。決して勝手な判断で薬の服用をやめたりしないようにしましょう。

抗精神病薬の副作用

- 錐体外路症状
  - 目が上を向く、ろれつが回らない、顔や首がこわばる（ジストニア）
  - 手足や口などが勝手に動く（ジスキネジア）
  - 手が震える、からだがうまく動かない（パーキンソン様症状）
  - からだが落ち着かず、じっと座っていられない、そわそわする（アカシジア）
- 口が渇く
- 尿が出にくい
- 便秘
- 性欲の減退、無月経
- 体重の増加
- 発疹、かゆみ、色素沈着（アレルギー症状）
- 高血糖　　など

4 周囲の方のサポートが大切です。

統合失調症の回復・寛解には、ご家族の理解と適切な支援が大きな力になります。患者さんの話をよく聞き、温かな目で接してあげてください。

- 知識は力。病気に対する正しい知識を持ちましょう。
- 毎日の服薬が適切にできるように手助けしてください。
- 治療を続けられるよう、患者さんを勇気づけてあげましょう。
- 回復当初の患者さんは疲れ切っています。不用意にせき立てたりせず、ゆったりと見守ってあげましょう。
- 再発・再燃の徴候を知り、いつもと違うと感じたら早めに主治医に相談してください。

再発・再燃の徴候

- よく眠れない
- イライラしたり、ソワソワ落ち着かない
- 感情表出が多くなる
- 食欲が落ちている
- 気分がゆううつになる
- 被害意識が強まる
- 活発になりすぎる

正しい服用法を守りましょう

医師や薬剤師の指示どおりに服薬し、自分の判断で薬の量や回数を増やしたり減らしたりしないようにしましょう。

●アレルギーがある場合は?

以前に薬を飲んで発疹やかゆみなどのアレルギー症状を起こしたことがある人は、必ず医師・薬剤師にご相談ください。

●自動車の運転などは?

薬の鎮静作用により眠気や注意力・集中力などの低下が起こることがあります。服薬中は自動車の運転など危険を伴う機械の操作は避けてください。

●服薬中の妊娠は?

服薬期間中は妊娠しないようにしてください。妊娠を希望する場合は、医師にご相談ください。

●他の薬との併用は?

組み合わせによっては好ましくない作用が現れるので、必ず医師・薬剤師にご相談ください。

●アルコールは?

薬の作用を強めることがあるので、医師の許可なしで飲まないでください。

●喫煙は?

喫煙により効果に影響がでる薬剤があります。禁煙・減煙などは医師と相談しながら進めてください。

NIPRO

2017年6月作成(KK)