

勤務医部会だより

精神科におけるリカバリー



幹事 粉川 進

読者諸氏がよくご存知のように、精神疾患は治癒するものもあるが、機能障害や慢性症状あるいは再発のリスクが残るものもある。筆者が勤める愛知県立城山病院においては、後者が治療や支援の対象であることが多い。したがって、その急性期の治療当初から、残念ながら完全に治癒することは少ないという前提で精神科リハビリテーションが始まる。本稿では、精神科リハビリテーションの目的について述べる。

精神科リハビリテーションの目的は時代と共に変遷してきた。初めはリセツルメントであった。リセツルメントとは再定住という意味である。つまり、住むところを失ってしまった精神障害を持つ方々が再び定住先を得て暮らす、ということであった。

精神科リハビリテーションの目指すところは、リセツルメントから始まり、職業技能の開発に移り、次には職業技能を含めた全般的な生活技能の獲得に広がり、やがてQOLの向上となった。この変遷の意味するところは極めて明確である。ただ定住できればよしとしたところから、Quality of Lifeの向上に辿り着いたわけである。こうやって変遷してきた精神科リハビリテーションの目的を並べてみると、その理念が発展してきたことがわかるのと同時に、それぞれの目的を産み出した時代背景も何となく読み取れて興味深い。

さて、21世紀である現在の精神科リハビリテーションの目的は、さらに一歩進んで、「リカバリー」となっている。

リカバリーは翻訳すれば回復であり、当たり前すぎて拍子抜けされるかもしれない。しかしながら、精神科リハビリテーションで言う「リカバリー」とは、回復という訳語から想像されるような、症状のある状態から症状のない状態への回復、あるいは残遺した機能障害の回復という意味ではない。ではどういう意味か。

中央法規出版の精神保健福祉辞典には、「リカバリーとは、病気や障害によって失ったものを回復する過程であり、人生の新しい意味と目的を作り出すことである。」と記載されている。

精神科リハビリテーションの治療技法の一つであるSST（生活技能訓練）の第1人者である前田ケイは、リカバリーとは、「病気を持ちながら、かけがえのない命を生き、社会に生活し、再起して、自分の人生を歩むこと。」と表現している。

精神障害を持つ方々への支援モデルをストレングスモデルにおいたリック・ゴスチャは、「リカバリーの意味するところは、障害を持つその人が自分の人生における重要な決定をする主導権を持つこと、人生の経験を理解できるようになること、人生への前向きなアプローチをとること、自分のウェルネス（健康・元気）を促進する際に、積極的なステップを取ることができること、希望を持ち、人生を楽しむことができること。」と述べ、同時にリカバリーとは、「症状を体験しないということの意味するものではない、困難を持つことがないということの意味するのではない、薬物療法を必要としなくなるということの意味するのではない、自分のニーズを満たす上で完全に自立していることを必ずしも意味していない。」と述べている。

私流に言えば、リカバリーとは、疾患や障害で失った自尊心の回復であり、社会的役割の回復であり、人生そのものの回復であり、もっと噛み砕いて言えば、精神障害を持ってしまったが、それでも自分の生活や人生はそんなに悪いものでもないなあ、という実感の回復である。

精神科リハビリテーションの理念はここまで到達した。リセツルメントからは隔世の感が強い。すでに読者はお気づきであろうが、結局のところ、精神疾患や精神障害を持つ方々の「リカバリー」が意味するところは、精神疾患や精神障害を持たない方々の生活や人生の目的と何ら変わることがないのである。そしてこのことこそノーマライゼーションの核心でもある。

(愛知県立城山病院)