



独立行政法人 労働者健康福祉機構
兵庫産業保健推進センター

〒651-0087 神戸市中央区御幸通 6-1-20
三宮山田東急ビル 8階

TEL 078-230-0283 FAX 078-230-0284

HP <http://hyogo-sanpo.jp/>

✉ info@hyogo-sanpo.jp

メンタルヘルス対策支援センター(兵庫産業保健推進センター内)
TEL・FAX 078-221-1595

HP <http://hyogo-sanpo.jp/mentalhealth/>

✉ info.mentalhealth@hyogo-sanpo.jp



メンタルヘルス対策—心身症について—

寄稿 神戸学院大学リハビリテーション学部教授・精神科医 前田 潔 先生

今回は、「心身症」について、メンタルヘルス対策支援センター（兵庫）特別アドバイザーで、神戸学院大学リハビリテーション学部教授・精神科医の前田潔先生に寄稿いただきました。

身体疾患の一つ

心理社会的な因子が密接に関与

心身症とは、身体疾患のなかで、発症や経過に心理社会的な因子が密接に関与し、器質的ないし機能障害が認められる病態のことを言います。ただし神経症やうつ病など、他の精神障害に伴う身体症状は除外することとなっております。代表的なものとして胃十二指腸潰瘍、過敏性腸症候群、気管支喘息、過換気症候群、神経性食思不振症、緊張性頭痛、蕁麻疹などがあります。

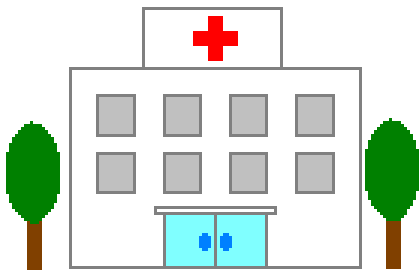
心身症の診療

各臓器の専門医が診療

心身症は各臓器の専門医が診療するということとなります。

たとえば胃十二指腸潰瘍は消化器内科（外科）が診療します。ただ社会的心理的な因子の関与が強い場合、あるいは治療が困難なケースのひとつの可能性として社会心理的な因子の関与を疑い、消化器内科医は心療内科医や精神科

医に相談したり、受診することを勧めます。



心身症の考え方

神経症理論

以前支持を集めた考え方

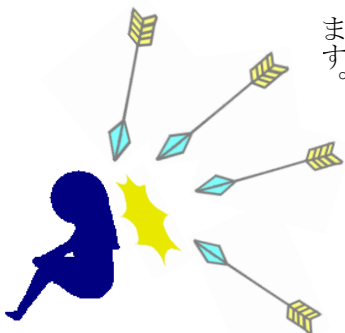
心身症の心理的メカニズムとして現在、一番支持されている考え方として失感情症（アレキシサイミア）があります。アレキシサイミアとは、自己の感情を読み取り言語化しにくい状態という意味です。しばらく以前、心身症の心理的メカニズムとして神経症理論が支持されてきました。神経症理論というのは説明が難しいのですが、神経症が起こってくる心理的メカニズムは心理的ストレスや心的葛藤であり、とくに後者が重要であるというものです。葛藤とは複雑に絡み合った状態をいい、様々な心理が複雑に絡み合うことで神経症が起こってくるという理論です。



失感情症

現在一番支持されている考え方

1970年代にアレキシサイミアという考え方が提唱され、瞬く間に専門家に受け入れられました。自分の感情を自分で認知することが制限され、言葉で表現することも抑えられているので、身体に感情のはけ口を求め、（心身症としての）症状を呈するという考えです。周囲への適応は神経症患者が不適応となるのに比較して、心身症患者では少なくともある時期までは過剰に適応し、心身症の症状以外には問題がないと周囲からは見られるという特徴があります。



タイプA

米国を中心に広く受け入れられている考え方

また米国を中心に、「タイプA性格」という考え方も広く受け入れられています。これは虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞など）患者に多い性格で、競争心がきわめて強く、多くのいろいろなことに関係し、いつも忙しそうにしているという特徴があります。敵意と怒りという情動に表わされるような性格傾向です。



治療法は？

支持的心理療法

最後に心身症の治療ですが、自律訓練法や、交流分析など特殊な治療法もありますが、普通に行われているものは支持的心理療法です。支持的心理療法とは、治療者は、患者の持つ困難に対し、患者の話を中立的かつ関心を持って傾聴し、患者の困難に対し共感を持ち、患者の心理を理解し受け入れ支持しようとする治療法です。このことによつて患者自らが感情の発散、心身相関の気づき、問題点を明確化していくようになり、症状の軽減、消失につながるという考えに基づいたものです。



◆ 労働時間適正化キャンペーン啓発セミナーを開催します！

厚生労働省では、長時間労働やこれに伴う問題の解決を図るため、11月を「労働時間適正化キャンペーン」期間と定めて、集中的な周知啓発活動を実施していますが、この度兵庫労働局との共催により次のセミナーを開催します。

開催日時：平成23年11月22日（火）13:30～16:00

場 所：兵庫県医師会館大会議室（神戸市中央区磯上通6-1-11）

内 容：講演①「労働時間法制について～改正法施行6か月後の現状と課題～」

講師 兵庫労働局労働基準部監督課専門監督官

講演②「長時間労働に係る面接指導等について」

講師 兵庫労働局労働基準部健康課副主任労働衛生専門官

講演③「長時間労働と脳心臓疾患」

講師 兵庫産業保健推進センター基幹相談員（神戸労災病院副院長） 大西 一男 氏

定 員：150名

お申込み：当センターのホームページよりお申し込みください。

◆ 第18回設立記念講演会を開催します！

兵庫産業保健推進センターは平成5年に全国で最初に設立された産業保健推進センターですが、毎年設立を記念して講演会を開催しています。今年は次の講演会を開催します。

開催日時：平成23年12月15日（木）14:00～17:15

場 所：兵庫県医師会館大会議室（神戸市中央区磯上通6-1-11）

内 容：講演①「睡眠時無呼吸症候群（SAS）の早期発見と治療」

講師 兵庫産業保健推進センター基幹相談員（兵庫医科大学教授） 島 正之 氏

講演②「最近のメンタルヘルスの動向～現状と課題～」

講師 兵庫産業保健推進センター基幹相談員 丸山 総一郎 氏

（神戸親和女子大学大学院教授・精神科医）

定 員：150名

お申込み：当センターのホームページよりお申し込みください。