統合失調症とは？

　どのような病気ですか？

　　脳の様々な働きをまとめることが難しくなるために、こころや考えがまとまりづらくなってしまい、

　　幻覚や妄想、意欲の低下などの症状が出る病気です。10歳代後半～30歳代に発症することが多く、

　　およそ100人に1人弱がかかると言われています。発症の原因はよくわかっていませんが、早く治療を始めるほど、

　　回復も早いと言われており、多くの人が治療により回復しています。

　どのようなサインや症状がありますか？

　　サインや症状は人によってさまざまです。

　　　○幻覚や妄想のサイン

　　　　・悪口を言われたと言うが、実際には聞こえない。

　　　　・監視や盗聴を受けていると言うので調べたが、何も見つけられない。

　　　　・ぶつぶつと独り言を言っている。

　　　　※幻覚：実際にはないものが感覚として感じられること。幻聴など。

　　　　※妄想：明らかに間違った内容を信じてしまい、周りの人が訂正しようとしても

　　　　　　　　受け入れられない考えのこと。

　　　○会話や行動のサイン

　　　　・話にまとまりがなく、何が言いたいのかわからない。

　　　　・作業のミスが多い。

　　　○意欲のサイン

　　　　・人づきあいを避け、引きこもるようになる。

　　　　・身なりにまったくかまわなくなり、入浴もしない。

　　　○感情のサイン

　　　　・感情の動きが少なくなる。

　どのような治療が行われますか？

　　幻覚や妄想などの症状を軽くし、社会生活機能が低下するのを防ぐため、薬を使った治療と、専門家と話をしたり

　　リハビリテーションを行う心理社会的な治療を組み合わせて行います。回復後は再発しないように治療を継続し、

　　気長に病気と付き合っていくことが大切です。病気のサインや症状に気付いたら、精神科の医療機関を受診しましょう。

　　また、家族など周囲の人が気付いたときは、早めに専門の相談機関に相談しましょう。

あなたにも知ってほしい「こころの病気（精神疾患）」

　こころの病気（精神疾患）は、だれでもかかる可能性があり、特別な病気ではありません。

　病気の種類や症状はさまざまで、同じ病名でも人によって症状は異なります。

　統合失調症

　　幻覚や妄想などがみられる疾患です。

　うつ病・双極性障がい

　　うつ病：思考、感情、意欲の機能が低下し、憂うつな気分が続く疾患です。

　　双極性障がい：うつ状態とそう状態（気分が高揚し、行動が活発になる）を繰り返す疾患です。

　依存症

　　やめたくても自分の意志ではやめること（コントロール）ができない疾患です。

　　お酒・薬物・ギャンブル等・買い物・ゲームなど、いろいろな依存症があります。

　パニック障がい

　　パニック発作（動悸や息切れ、めまい等の身体症状を伴った急性・突発性の強い不安の発作）が繰り返し起こる疾患です。

　強迫性障がい

　　あることがどうしても気になったり、頭に浮かんできてしまったり、何度も同じ確認を繰り返してしまったりする疾患です。

　発達障がい（神経発達症）

　　コミュニケーションや対人関係がとりにくい、こだわりが強いなどの特徴があります。特徴の現れ方はひとりひとり違います。

　心的外傷後ストレス障がい（PTSD）

　　衝撃的なできごと（災害・事故・犯罪・虐待などの被害）を体験することにより、強い恐怖を感じ、それが記憶に残って

　　こころの傷（トラウマ）となり何度も思い出されて、当時と同じような恐怖を感じたり、現実感が低下したり、

　　否定的な感情が続いたりする疾患です。

　パーソナリティ障がい

　　物事の受け止め方や、行動のパターンが偏っているために、本人が苦しんでいたり、周りの人が困っていたりする疾患です。

　摂食障がい

　　食事の量や食べ方など、食事に関連した行動の異常が続き、体重や体型のとらえ方などを中心に、心と体の両方に影響がおよぶ

疾患です。

　主な「こころの病気」について掲載

　こころの病気も、からだの病気と同じように、「早期発見、早期治療」が大切です。

　あなた自身、または、あなたの周りの人の「からだやこころの健康について」気になることがあり、生活に支障があるときは、

　専門の相談機関に相談しましょう。

　まずはご相談を

　　大阪府にお住まいの方（大阪市・堺市を除く）

　　・最寄りの保健所

　　・大阪府こころの健康総合センター

　　　こころの電話相談　TEL06-6607-8814

　　大阪市にお住まいの方

　　・最寄りの保健福祉センター

　　・大阪市こころの健康センター

　　　こころの悩み電話相談　TEL06-6923-0936

　　堺市にお住まいの方

　　・最寄りの保健センター

　　・堺市こころの健康センター

　　　こころの電話相談　TEL072-243-5500

イラスト：紙芝居「きこえる　きこえる」より（ピアサポーターグループ・チームみずいろ制作）

参考ホームページ：知ることからはじめよう　こころの情報サイト　https://kokoro.ncnp.go.jp/

大阪府こころの健康総合センター

　　大阪市住吉区万代東3丁目1番46号

　　TEL：06-6691-2811（代）

　　FAX：06-6691-2814

2024年9月発行