

統合失調症を ご存じですか？

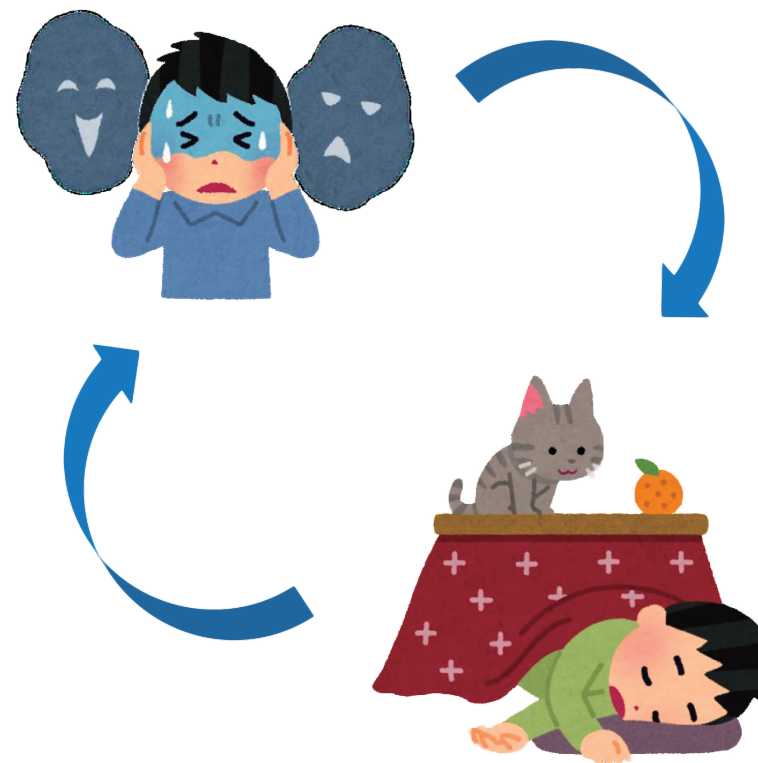
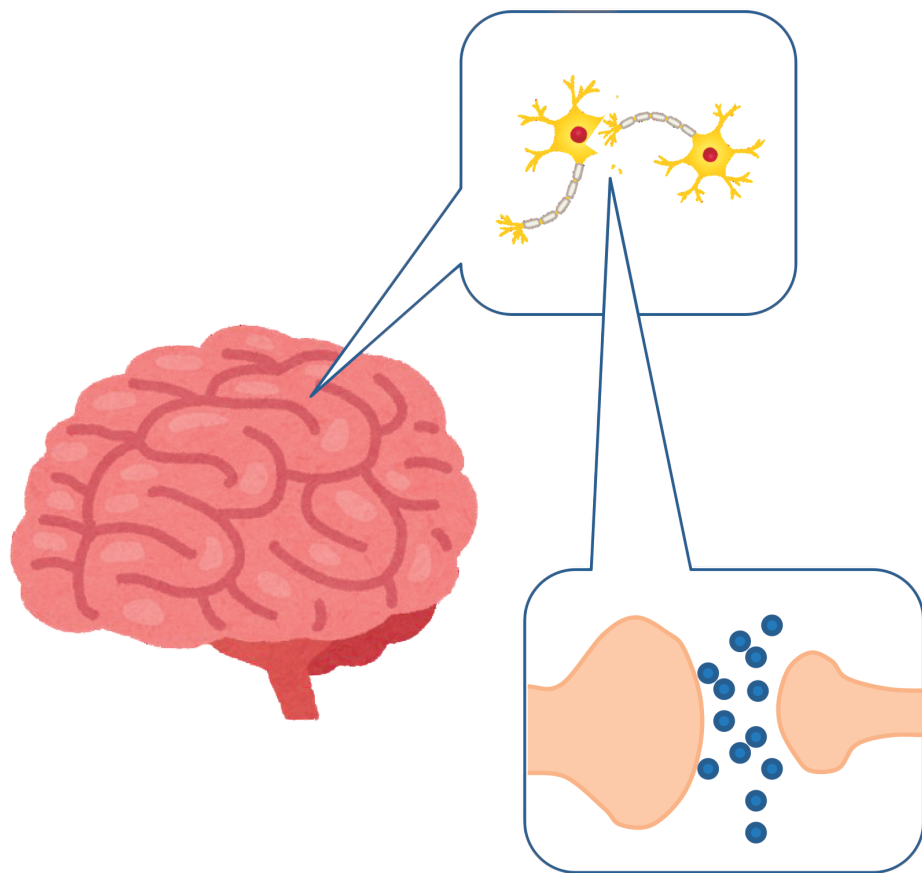


幻聴や妄想などの症状を伴う病気、統合失調症。

100人に1人がかかると言われるとても身近な病気です。

御自身や周りの人たちが発症したとき、どんな対応をしたらよいでしょうか。

その基礎知識を御紹介します。



● 脳の働きの病気

統合失調症は脳内の情報伝達が過敏になる慢性疾患です。
主な症状として陽性症状と陰性症状などがあります。

陽性症状：目立つ症状

- ・幻聴（自分を責める声などが聞こえるように感じる）
- ・妄想（現実にはありえないことが起きていると信じる）

陰性症状：目立ちにくい症状

- ・やる気がなく体が動かない等

● 原因と進行

原因ははっきりわかっていませんが、強いストレスが発症のきっかけになることが多く、放っておくと病状悪化により家族や社会とのつながりを保つ能力が損なわれる場合があります。

また、治療により一度よくなっても、治療を中断すると再発しやすいのもこの病気の特徴です。



● 治療と回復は？

定期的な通院と服薬で症状をコントロールしていきます。
ほかに心理社会的療法（精神療法、作業療法など）も並行して行われます。

症状によっては入院をする場合もあります。

薬は、主治医と相談しながら調整していくことが大切です。

十分な睡眠をとる習慣を身につけ、少しずつ自分のペースに合わせたりハビリを行うことが回復につながります。

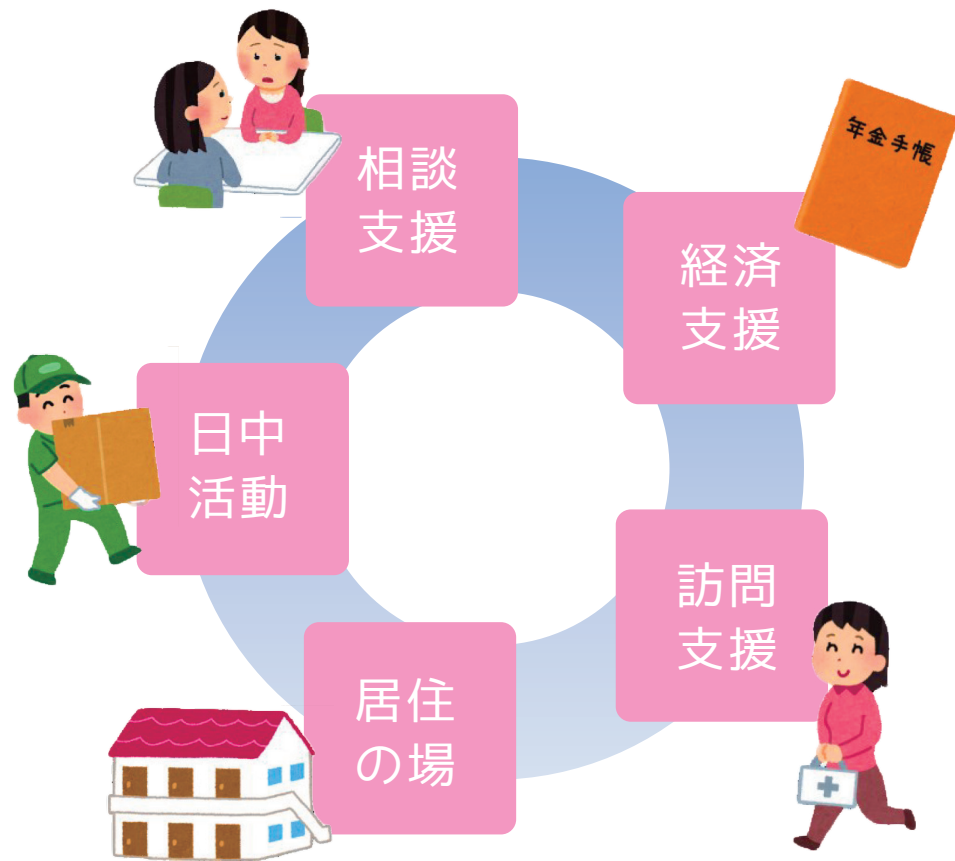


● 家族や周囲の人の接し方

幻聴や妄想が出たときは、否定せず、辛い気持ちに共感してあげた上で、不眠など本人にとって辛い状態を改善するために専門病院への受診を勧めてあげましょう。

通院し始めたら、主治医に家族としての接し方等を相談するとよいでしょう。

統合失調症はゆっくりと回復に向かう病気ですので、あせらずに見守ることが大切です。



● 支援を上手に使う

統合失調症を抱えながら生活していく上で、医療のほかに
も様々な支援を上手に活用することが大切です。

まずは病院や地域の相談窓口に、どんな支援があるか、相
談をしてみるとよいでしょう。

● 家族や友人も大事な支え手

身近な家族や友人等は、最も大事な支え手です。ひとり暮らし
の方の場合は、民生委員さん等に支えてもらうこともできま
す。信頼する身近な人のサポートがとても大切です。



● その人に合ったライフスタイル

統合失調症と上手に付き合い、周りの人たちの支援を上手に
受けながら、その人らしいライフスタイルで生活をしている人
たちがたくさんいます。

● あなたの希望を中心に

あなたの望む暮らしはどんなイメージでしょうか。
そのイメージを実現するために、どんなことができそうか、
まず何から始めたらいいか、考えてみませんか？

統合失調症の人が使える支援やサービス

詳しくはお住まいの地域を担当する保健所又は市町村にお問い合わせください。

● 医療的な支援

精神科病院・・・精神科の入院医療、通院医療に対応しています。

精神科診療所・・・精神科の通院医療に対応しています。

訪問看護ステーション・主治医の指示で定期的に訪問します。

精神科デイケア・・・病院で軽易な作業などを行います

● 相談できる窓口

保健所（小田原保健福祉事務所足柄上センター）・・・精神保健の総合窓口

市町村福祉課・・・障害者福祉の総合窓口

相談支援事業所・・・障害者の福祉サービス利用の相談窓口

電話相談・・・「こころの電話相談」「ピア電話相談」等

精神科救急医療情報窓口・・・夜間・休日の精神科病院紹介窓口

● 経済的な支援

自立支援医療（精神通院医療）・・・自己負担額が1割になる制度

入院医療援護金・・・精神科の入院で月額1万円の援護金が出る制度

重度障害者医療費助成・・・保険医療の自己負担分を助成する制度

障害年金・・・重い障害を負ったときに受け取る公的年金制度

生活保護・・・生活困窮者に最低限度生活費を給付する制度

● 福祉サービス

精神障害者保健福祉手帳・・・障害の程度による支援が受けられます。

ホームヘルパー・・・家事援助等の支援が受けられます。

グループホーム・・・世話人のいる共同住居に入居できます。

就労継続支援、就労移行支援・・・働くための訓練が受けられます。

地域移行支援、地域定着支援・・・病院からの退院支援が受けられます。

地域活動支援センター・・・創作活動や社会との交流を行う場です。

<このパンフレットの問い合わせ先>

神奈川県小田原保健福祉事務所足柄上センター 保健予防課

電話 0465 (83) 5111(足柄上合同庁舎代表)