

表1 特定疾病

<ul style="list-style-type: none"> <li>・筋萎縮性側索硬化症</li> <li>・後縦靭帯骨化症</li> <li>・骨折を伴う骨粗鬆症</li> <li>・多系統萎縮症</li> <li>・初老期における認知症</li> <li>・脊髄小脳変性症</li> <li>・脊柱管狭窄症</li> <li>・早老症(ウエルナー症候群)</li> <li>・糖尿病性神経障害, 糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症</li> <li>・脳血管疾患</li> <li>・パーキンソン病関連疾患</li> <li>・閉塞性動脈硬化症</li> <li>・関節リウマチ</li> <li>・慢性閉塞性肺疾患</li> <li>・両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症</li> <li>・末期がん</li> </ul>
--

区町村である。市区町村間での人口や、施設の数、介護保険を必要としている人(被保険者)の数などにより、納める保険料の違いが生じる。40歳以上の方は介護保険へ加入し、市区町村の決めた保険料を納付する義務がある。介護保険で要した費用は、利用者の負担と介護給付費で賄われる。介護給付費の50%は公費で、残りの50%は被保険者の保険料で負担する。施設やサービスを利用する際にかかる費用の自己負担額は10%であり、残りの90%が介護保険から給付される。また、給付の分類として、その振り分けは「要介護認定」と「要支援認定」の7区分で行われる。要介護とは日常生活を送るうえで、立ち上がることや歩くことが困難であったり、排泄や食事をするときに介助が必要、または寝たきりの人など、一人で生活するのが困難な人が認定される。要支援とは65歳以上の人で、本来は介護および支援ともに必要ないと判断された人でも、特定検診などにより今後一人での生活が困難になり、介護や支援を受ける可能性がある人が認定され、介護予防サービス(地域支援事業)を受けることができる。

2000年に介護保険サービスが開始された当初は要支援、要介護1から5の6段階であったが、その後、「要支援」および、「要介護区分1」に該当する介護保険利用者の急増に伴い、介護費用が急増するという問題が発生した。そのため、

表2 要介護度の認定の目安

要介護度	認定の目安
要支援1	障害のために生活機能の一部に若干の低下が認められ、介護予防サービスを提供すれば改善が見込まれる
要支援2	障害のために生活機能の一部に低下が認められ、介護予防サービスを提供すれば改善が見込まれる
要介護1	身の回りの世話に見守りや手助けが必要。立ち上がり・歩行などで支えが必要
要介護2	身の回りの世話全般に見守りや手助けが必要。立ち上がり・歩行などで支えが必要。排泄や食事で見守りや手助けが必要
要介護3	身の回りの世話や立ち上がりが一人ではできない。排泄などで全般的な介助が必要
要介護4	日常生活を営む機能がかなり低下しており、全般的な介助が必要な場合が多い。問題行動や理解低下が認められる
要介護5	日常生活を営む機能が著しく低下しており、全般的な介助が必要。多くの問題行動や全般的な理解低下が認められる

2006年における改正で、それまでの「要支援区分」を「要支援区分1」とし、それまでの「要介護区分1」を「要支援区分2」と「要介護区分1」に分け、大きく分けて介護給付と予防給付の2種類に分類され、介護予防という考えが重視されるようになった(表2)。第1号被保険者と第2号被保険者の保険料は、全国の被保険者の負担が公平になるように、3年ごとに負担する比率が見直されることになっている。

#### 申請からサービス利用までの流れ(図2)<sup>2)</sup>

本人および家族が介護保険サービスを利用するためには、要介護者として認定される必要がある。家族や自分では介護や支援が必要であると思っても、要介護の認定を受けなければ介護保険のサービスを受けることはできない。申請を行う要介護認定を受ける人が住んでいる市区町村に申請を行う。市区町村の介護保険担当窓口などで申請を行うことができず、窓口を訪れることが困難な人などに対しては担当職員が自宅まで訪問してくれる場合もある。これを受けて、市町村が要介護認定(要支援認定を含む)を行う。まず市区町村の担当者が認定を受ける人を訪問(自宅や入院先など)し、認定調査票を基に、身体状況や生活状況などの調査を行う。

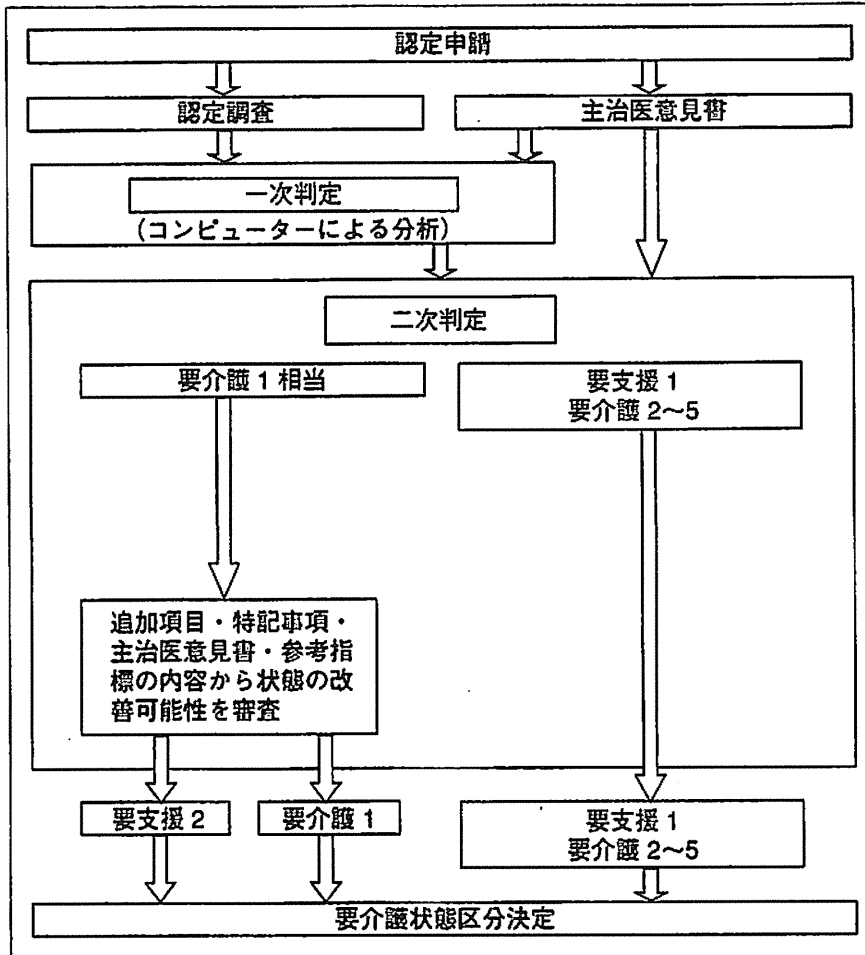


図2 要介護認定における審査および判定の流れ

調査項目は基本事項として一律で決まっており、基本事項だけでは判定困難な介護の手間や、現在の介護状況などに関しても特記事項として調査する。市町村は訪問調査と同時期に、被保険者の主治医から、疾病、負傷の状況などについて医学的な意見を求めることとされており、主治医は意見書作成を求められる。主治医意見書は、主治医が申請者の疾病や負傷の状況などについての意見を記し、要介護認定を行う際のコンピュータによる一次判定や介護認定審査会での審査判定の資料として用いられる。主治医意見書を作成してもらえない医師の心当たりがない場合には、市町村の指定する医師の診断を受ける。主治医意見書では本人の状態として「障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)」(表3)および「認知症高齢者の日常生活自立度」(表4)を記載することが求められる。

訪問調査と主治医意見書などの資料に基づい

て要介護認定のための判定が行われる。判定は一次判定と二次判定に分かれており、一次判定は認定調査票の基本事項と主治医からの意見書を基にしたコンピュータによる判定である。二次判定は一次判定の結果と主治医の意見書、認定調査票の特記事項を基に介護認定審査会により行われる。この段階ではじめて要介護度の分類認定がなされ、市区町村から判定の結果である要介護認定通知書と、介護保険被保険者証が郵送される。介護や支援が必要ないと判断された人は「非該当」とされる。認定委員会での判定は介護にかかる時間など、判定基準が多岐にわたるので、必ずしも家族・本人の実態に合った認定結果が出るとは限らない。認定結果が出るまでの期間はおおよそ申請から結果が通知されるまで30日以内と決まっている。しかし、認定審査会などの日程調整のため30日以内に結果を通知できない場合には、結果通知が遅れる旨、

表3 障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)判定基準

生活自立	ランク J	なんらかの障害などを有するが、日常生活はほぼ自立しており独力で外出する 1. 交通機関などを利用して外出する 2. 近隣所なら外出する
準寝たきり	ランク A	屋内での生活はおおむね自立しているが、介助なしには外出しない 1. 介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する 2. 外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている
寝たきり	ランク B	屋内での生活はなんらかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが、座位を保つ 1. 車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行く 2. 介助により車いすに移乗する
	ランク C	1 日中ベッド上で過ごし、排泄、食事、着替えにおいて介助を要する 1. 自力で寝返りをうつ 2. 自力では寝返りもうたない

表4 認知症である老人の日常生活自立度判定基準(抜粋)

ランク	判断基準	みられる症状・行動の例
I	なんらかの痴呆を有するが、日常生活は家庭内および社会的にほぼ自立している	
II	日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが多少みられても、だれかが注意していれば自立できる	
II a	家庭外で上記 II の状態がみられる	たびたび道に迷うとか、買物や事務、金銭管理などそれまでできたことにミスが目立つなど
II b	家庭内でも上記 II の状態がみられる	服薬管理ができない、電話の応対や訪問者との対応など一人で留守番ができないなど
III	日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さがときどきみられ、介護を必要とする	
III a	日中を中心として上記 III の状態がみられる	着替え、食事、排泄、排尿が上手にできない・時間がかかる。やたらに物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声・奇声をあげる、火の不始末、不潔行為、性的異常行為など
III b	夜間を中心として上記 III の状態がみられる	ランク III a に同じ
IV	日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁にみられ、常に介護を必要とする	ランク III に同じ
M	著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患がみられ、専門医療を必要とする	せん妄、妄想、興奮、自傷、他害などの精神症状や精神症状に起因する問題行動が継続する状態など

延期通知書が送られてくる。要介護認定の有効期間要介護認定には有効期限があり、原則として6カ月と規定されている。要介護認定有効期間以内に介護が必要な状態が改善されない場合は、要介護認定を更新することができる。更新時の認定有効期限は12カ月から24カ月となる。有効期間を過ぎても更新しない場合は、要介護認定が失効してしまい、介護保険を受けることができなくなってしまうので注意が必要である。また、本人の状態が認定された区分に納得できない場合は家族、本人により区分変更の申請を行うことができる。その際は、主治医意見書の

再作成を求められる。

要介護、要支援を認定された人は、実際に介護保険よりサービスを受けることができるようになる。介護保険では自分で利用するサービスを決めることができるが、一般的には介護支援専門員(ケアマネージャー)の作成した介護サービス計画(ケアプラン)を基に、どのようなサービスを利用するのか相談して決めることが多い。介護保険の給付を受け利用できるサービスは、要介護認定によりその人が受けた認定区分で実際に受けられるサービスなどが決まる。サービスの分類は大きく分けて、居宅(在宅)サービス、

表5 主な介護保険サービス

種類	認定の目安	
在宅サービス	通所型サービス	通所介護(デイサービス), 通所リハビリテーション(デイケア)
	訪問型サービス	訪問介護(ホームヘルプサービス), 訪問看護, 訪問リハビリテーション, 訪問入浴, 居宅療養管理指導
	短期入所型サービス	短期入所生活介護 (特別養護老人ホームなどでのショートステイ), 短期入所療養介護(保健施設, 医療施設などでのショートステイ)
	福祉用具の貸与・購入や住宅改修 その他	福祉用具(車イス, 特殊寝台など)の貸与, 福祉用具(腰かけ便座, 入浴用イスなど)の購入費, 住宅改修費(手すりの取り付けや段差の解消など) 特定施設入居者生活介護(有料老人ホームなどでの介護)
施設サービス	介護老人福祉施設, 介護老人保健施設, 介護療養型医療施設	
地域密着型サービス	夜間対応型訪問介護, 認知症対応型通所介護, 小規模多機能型居宅介護, 認知症対応型共同生活介護(グループホーム), 地域密着型特定施設入居者生活介護 (定員29人以下の特定施設入居者生活介護), 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 (定員29人以下の介護老人福祉施設)	
介護予防サービス	介護予防通所介護 介護予防通所リハビリ 介護予防訪問介護 など	
地域密着型介護予防サービス	介護予防小規模多機能型居宅介護 介護予防認知症対応型共同生活介護 など	

施設サービス, 地域密着型サービス, 介護予防サービスがある(表5)<sup>1)2)</sup>。要介護認定で受けられるサービス要介護認定を受けた人は, 居宅サービス, 施設サービス, 地域密着型サービスを受けることができる。要支援認定で受けられるサービス要支援認定を受けた人は, 居宅サービス, 地域密着型サービス, 介護予防サービスを受けることができる。

居宅サービスとは, 介護や支援を必要としている人は自宅で生活を行い, 自宅にホームヘルパーや看護師, 理学療法士などが訪問して直接の介護や日常生活を送るための, 支援や看護, リハビリテーションを行うサービスのことであり, 介護施設などに通い日常生活を一人で送れるよう歩行, 食事訓練やリハビリテーションを行うこともできる。また, 歩行器や車椅子, 介護ベッドなどを借りるための費用や, 入浴補助器具などの購入費用, 手すりなどをつける住宅改修費用などを負担するサービスを受けることができる。施設サービスとは, 自宅での生活が困難な人が介護施設に入所した場合, その施設の費用が負担されるサービスで

ある。介護施設には生活上の看護や, 生活機能を取り戻すためのリハビリテーションを行える所もあり, さらに, 病院に入院しているのと同様の医療行為を受けることができる施設も存在する。地域密着型サービスとは, 介護を必要とする人ができるだけ今までの生活していた環境と, 変わらない環境で介護サービスを受け生活できるように考えられたサービスである。同様の症状の人と一緒に生活をするグループホームへの入所や, 夜間の訪問介護サービス, 小規模な介護施設への入所や通い利用などのサービスがある。介護予防サービスは体力の回復や維持を目的としたサービスであり, 通いや訪問による運動, リハビリテーション, 栄養食事指導や口腔ケアなどのサービスがある。

## 2011年改正について

2006年の改訂後5年を経て, 2011年に介護保険の改正が行われた。6月15日に成立した, 「介護サービスの基盤強化のための介護保険法等の一部を改正する法律」<sup>3)</sup>であり, 2012年4月1日から施行予定となっている。改正のポイントと

しては、介護保険法の一部改正により訪問看護と訪問介護が連携しながら短時間の定期巡回を実施する、訪問介護と訪問看護の両サービスを24時間体制で提供する「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」が創設された。また、社会福祉法および介護福祉法の一部改正により、介護福祉士として一定の研修を受けた介護職員が診療の補助として、喀痰吸引などの特定行為が行えるようになった。

### 精神医療との関連

認知症をはじめとする老年精神医療は、常に医療と介護の間で揺れ動いている。認知症の医療は精神科のみが行っているわけではないが、精神医療をとりまく法律、制度などが重なり合っており、わかりにくくなっているところもある。精神科診療では自立支援法による通院公費負担申請書類作成を求められることが多いが、自立支援法が適用されている障害者についても、65歳以上の者および40歳以上65歳未満の医療保険加入者は原則として介護保険の被保険者となり、要介護状態または要支援状態となったときは要介護認定を受けて介護保険のサービスを受けることができる<sup>4)</sup>。その際、同内容のサービスは介護保険が優先される。自立支援法の給付を受けているから介護保険が使えないということはない点に注意してもらいたい。

要介護認定に関しては、介護保険における主治医意見書における認知症精神症状・行動異常の評価が十分であるのかという問題がある。すでに記載された経験をお持ちのドクターも多いと思われるが、生活機能、身体機能の障害について詳細に評価するように作成されており、精神症状の評価に関してはやや物足りない面がある。2006年の改正でそれまでに比べて改善はされているが、精神症状による介護負担の大きさに関して十分に認識されていない点が問題である。

最後に、認知症における精神症状(BPSD)を示す患者の医療と介護の関連について記す。主治医意見書の中に、認知症高齢者の日常生活自立度におけるランク M という項目がある。ランク M はBPSDのある認知症に相当すると考えてよいが、2008年度の診療報酬改定において、重度

認知症デイケアの対象者がランク M に該当するものという改正が行われている<sup>5)</sup>。これは、介護の基準がそのまま、医療報酬に持ち込まれており医療としてみるのか、介護なのかのわかりにくくなっている。一方、同じ2008年診療報酬改定において痴呆性疾患指導料(当時)が廃止された。このことは国の方針として、中核症状だけの認知症は介護の分野で対応すべきであって、医療は必要ないという方向に変化していく可能性を感じさせた。しかしながら、認知症のすべての局面を介護でカバーすることは不可能であるため、BPSD(周辺症状)が激しく、介護保険施設などで対応できない認知症患者に対し、特に入院治療については精神科病院で対応するような診療報酬となっている。その一方で身体合併症のある認知症をどこで治療していくのかという問題は未解決で残されている。認知症においては身体合併症とせん妄を含む精神症状・行動異常はしばしば並存して出現する。この対応を介護施設でどこまでみるのか、医療機関は精神科病院と一般病院とではどちらが適しているのかなど、認知症の介護と医療を取り巻く環境は、地域連携の問題も含めて多くの問題を抱えているのが現状である。

### 文 献

- 1) 高見雅代. 介護保険サービスの利用. 小長谷陽子・編. 本人・家族のための若年性認知症サポートブック第2部第4章. 東京: 中央法規; 2010. p. 124-34.
- 2) 阿部 崇. 2006年改正新しい介護保険Q & A. 東京: じほう; 2005. p. 38-9.
- 3) 厚生労働省老健局長. 介護サービスの基盤強化のための介護保険法等の一部を改正する法律の公布について. 老発第0622第1号. 平成23年6月22日.
- 4) 厚生労働省社会・援護局障害保険福祉部企画課長, 障害福祉課長. 障害者自立支援法に基づく自立支援給付と介護保険制度との適用関係等について. 障企発第0328002号・障障発第0328002号. 平成19年3月28日.
- 5) 医学通信社・編. 診療点数早見表「医科」2010年4月診療報酬改定準拠. 東京: 医学通信社; 2010. p. 417-8.

## 2. 災害時高齢者医療対策

## 4) 精神面への対応

服部 英幸

Key words : 心理外傷後ストレス障害, 急性ストレス障害, 認知症, せん妄

(日老医誌 2011; 48: 505-508)

## はじめに

災害発生時には被災者に、身体的ダメージのみならず精神的ダメージを与え、その影響が長期にわたる。特に高齢者では環境の激変、身体合併症の発生、認知症合併などの影響で他の年齢層とはことなつた対応を必要とすることがある。今回の東日本大震災においても高齢者の医療の重要性が改めて認識されているが、被災後の精神症状のデータに関しては、今後の推移を見守る必要があり、ここで公表できるものはない。本論では過去の災害、とくに1996年におきた阪神大震災における高齢者の精神症状の調査報告を中心に、災害時の高齢者精神医療について述べる。

災害時における高齢者の精神症状  
—過去の報告から

高齢者に限定していない報告では、1999年の台湾での震災後、被災者に認められた精神疾患の頻度は61%であった。その中で、高頻度であったのが心理外傷後ストレス障害(PTSD)(37%)、大うつ病(16%)、適応障害(9%)であった(表1)<sup>1)</sup>。日本における報告では新潟中越地震発生直後には59.3%に心理的困難を感じたという。関連因子としては女性、震災時の強い恐怖感、震災後も自宅にいること、外傷受傷が有意であった<sup>2)</sup>。高齢者に関しては阪神大震災において、震災後6カ月間に大学病院、医療センターレベルの病院に受診した65歳以上の高齢者の精神疾患を後ろ向きに調査すると認知症、せん妄、うつ病などの気分障害、不安障害(急性ス

トレス障害(Acute Stress Disorder, ASD), PTSDを含む)、身体表現性障害、睡眠障害が多かった<sup>3)</sup>。また、震災発生後1週間以内に認知症患者の43%に症状の変化があり、震災前には軽度の認知症であった例に症状悪化例が多かった<sup>4)</sup>。ASDやPTSDを発症する例は少なく、せん妄状態となる例が多かった<sup>5)</sup>。これまでの報告をまとめると、被災者に認められる精神疾患は環境変化、近親者の死、財産の消失などへの心理的反応としてのPTSD、うつ病などの気分障害が高頻度であるが、高齢者においては新たに発生する不安障害などのほかにもともと罹患していた認知症の悪化(症状変化)が高頻度に見られることがわかる。ASDおよびPTSDの診断基準について表2、表3にまとめた<sup>6)</sup>。

## 精神疾患発生に關与する因子

災害による激しい環境変化、自身の受傷、近親者の受傷、死など、受け止めがたい状況にいきなりさらされることになるため、災害発生後の被災者において高頻度に

表1 1999年の台湾での震災後、被災者に認められた精神疾患の頻度

	N	%
心理外傷後ストレス障害	44	37
大うつ病	19	16
気分変調症	2	2
全般性不安障害	2	2
強迫性障害	1	1
パニック障害	0	—
社会恐怖	1	1
アルコール依存	4	3
その他の薬物依存	2	2
急性精神病	1	1
適応障害	11	9

Mental support for elderly people

Hideyuki Hattori : 独立行政法人国立長寿医療研究センター行動・心理療法部

表2 急性ストレス障害 (acute stress disorder: ASD) の診断基準 (DSM-IV-TR)

- A. その人は、以下の2つがともに認められる外傷的な出来事に曝露されたことがある
- (1) 実際にまたは危うく死ぬまたは重傷を負うような出来事を、1度または数度、あるいは自分または他人の身体の保全に迫る危険を、患者が体験し、目撃し、または直面した
  - (2) その人の反応は強い恐怖、無力感または戦慄に関するものである
- B. 苦痛な出来事を体験しているあいだ、またはその後、以下の解離症状の3つ（またはそれ以上）がある
- (1) 麻痺した、孤立した、または感情反応がないという主観的感覚
  - (2) 自分の周囲に対する注意の減弱（例：“ぼうっとしている”）
  - (3) 現実感消失
  - (4) 離人症
  - (5) 解離性健忘（すなわち、外傷の重要な側面の想起不能）
- C. 外傷的な出来事は、少なくとも以下の1つの形で再体験され続けている：反復する心象、思考、夢、錯覚、フラッシュバックのエピソード、またはもとの体験を再体験する感覚；または、外傷的な出来事を想起させるものに曝露されたときの苦痛
- D. 外傷を想起させるような刺激（例：思考、感情、会話、活動、場所、人物）の著しい回避
- E. 強い不安症状または覚醒の亢進（例：睡眠障害、易怒性、集中困難、過度の警戒心、過剰な驚愕反応、運動性不安＜落ち着きのなさ＞）
- F. その障害は、臨床上著しい苦痛、または社会的、職業的、または他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている、または外傷的な体験を家族に話すことで必要な助けを得たり、人的資源を動員するなど、必要な課題を遂行する能力を障害している
- G. この障害は、最低2日間、最大4週間持続し、外傷的出来事の4週間以内に起こっている
- H. 障害が、物質（例：乱用薬物、投薬）または一般身体疾患の直接的な生理学的作用によるものではなく、短期精神病性障害ではうまく説明されず、すでに存在していたI軸またはII軸の障害の単なる悪化でもない

精神疾患が発生することが報告されている。その背景になる因子を理解することで、精神医療的対応がより円滑になる。精神疾患発生に関与すると思われる因子には以下のようなものがある<sup>7)</sup>。

#### ア 心的トラウマ

災害そのものの強烈な心理的圧倒により被災者自身の精神が打ちのめされる。

- ・災害による体感（地震の揺れ、音、火災の炎や熱など）
- ・災害による被害（負傷、近親者の死傷など）
- ・災害の目撃（遺体の目撃、損壊した建物や悲惨な場面の目撃）

その結果として、不安、落ち着きのなさ、情動的混乱、不眠、PTSD、ASDなどが生じる可能性がある。

#### イ 喪失

被災による近親者の死別、負傷、家財の喪失など、それまで日常を支えていたものが一挙に失われる事態に遭遇する。喪失による悲嘆とともに、近親者をたすけられなかった罪責感を強く感じる。高齢者においてこの傾向が著しいことが報告されている<sup>8)</sup>。さらに、被災地における援助の遅れなどに対する怒りもあり、気分が不安定になりやすくなる結果、うつ病、不安障害が生じやすくなる。

ウ 被災による2次的な社会的、生活の変化

認知症を伴っている高齢者では、生活環境の変化により症状悪化を招きやすいが、災害後の避難所仮設住宅での生活により、せん妄発症、認知症の悪化、うつ病、新規的傾向などが生じやすくなる。

### 被災者に対する精神医療対応<sup>7)</sup>

1. トリアージ：被災者の精神的ケアの必要性に応じたトリアージを行い、必要性の高い集団から介入を行う。ハイリスク者は、他のトラウマ的出来事の既往・合併、家屋の喪失、職業基盤の喪失、災害弱者（乳幼児、高齢者、身体障害・知的障害を持つ者、日本語を母国語としない者）や災害弱者のケアをしている者、女性、精神疾患の既往のある者、などである。

#### 2. 精神医療的介入の方法

まず、被災者の話に耳を傾ける。傾聴は精神医療的介入の基本であって専門家である必要はない。もっとも良い聞き手は家族、親族、友人である。そういう人との連絡が取れるように、落ち着いて話すことが出来るような環境を持つことができるように配慮する。医療者が話す場合、話すことを促したり、感情を表現させるような誘導（デブリーフィング）はかえって、トラウマを誘発することがあり、すべきでないという考えが主となってき

表3 外傷後ストレス障害 (posttraumatic stress disorder : PTSD) の診断基準 (DSM-IV-TR)

- A. その人は、以下の2つがともに認められる外傷的な出来事に曝露されたことがある
- (1) 実際にまたは危うく死ぬまたは重傷を負うような出来事を、1度または数度、あるいは自分または他人の身体の保全に迫る危険を、患者が体験し、目撃し、または直面した
  - (2) その人の反応は強い恐怖、無力感または戦慄に関するものである
- 注：こどもの場合はむしろ、まとまりのないまたは興奮した行動によって表現されることがある
- B. 外傷的な出来事が、以下の1つ（またはそれ以上）の形で再体験され続けている
- (1) 出来事の反復的、侵入的、かつ苦痛な想起で、それは心象、思考、または知覚を含む
  - (2) 出来事についての反復的で苦痛な夢
  - (3) 外傷的な出来事が再び起こっているかのように行動したり、感じたりする（その体験を再体験する感覚、錯覚、幻覚、および解離性フラッシュバックのエピソードを含む、また、覚醒時または中毒時に起こるものも含む）
- 注：小さいこどもの場合、はっきりとした内容のない恐ろしい夢であることがある
- (4) 外傷的な出来事の1つの側面を象徴し、または類似している内的または外的きっかけに曝露された場合に生じる、強い心理的苦痛
  - (5) 外傷的な出来事の1つの側面を象徴し、または類似している内的または外的きっかけに曝露された場合の生理学的反応性
- C. 以下の3つ（またはそれ以上）によって示される、（外傷以前には存在していなかった）外傷に関連した刺激の持続的回避と、全般的反応性の麻痺：
- (1) 外傷に関連した思考、感情、または会話を回避しようとする努力
  - (2) 外傷を想起させる活動、場所、または人物を避けようとする努力
  - (3) 外傷の重要な場面の想起不能
  - (4) 重要な活動への関心または参加の著しい減退
  - (5) 他の人から孤立している、または疎遠になっているという感覚
  - (6) 感情の範囲の縮小（例：愛の感情をもつことができない）
  - (7) 未来が短縮した感覚（例：仕事、結婚、こども、または正常な寿命を期待しない）
- D. （外傷前には存在していなかった）持続的な覚醒亢進症状で、以下の2つ（またはそれ以上）によって示される
- (1) 入眠困難、または睡眠維持の困難
  - (2) 易怒性または怒りの爆発
  - (3) 集中困難
  - (4) 過度の警戒心
  - (5) 過剰な驚愕反応
- E. 障害（基準 B, C, および D の症状）の持続期間が1カ月以上
- F. 障害は、臨床的に著しい苦痛または、社会的、職業的、または他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている
- ▶該当すれば特定せよ：  
急性：症状の持続期間が3カ月未満の場合  
慢性：症状の持続期間が3カ月以上の場合
- ▶該当すれば特定せよ：  
発症遅延：症状の発現がストレス因子から少なくとも6カ月の場合

ている。また、話しているうちに興奮するなどの状態の悪化が見られたときには、中断し、その後のケアを約束する<sup>9)</sup>。以下に、薬物療法を含めた介入の要点をまとめる<sup>7)</sup>。

1. 直後の一週間ほどは、症状の変遷が激しく診断が確定しにくいので、対症的な安静をはかる。安全な環境の実現と、サポートの提供による安心感の提供を行う。また、可能な限り安眠の確保に努めるべきであるが、余震が有るときなど、眠ることへの恐怖もあるので、その点に配慮する。

2. 既往精神疾患の増悪、医療機関の被災による断薬

に注意する。

3. 投薬は、入眠剤・抗不安薬は心的依存を形成しないように、頓用で与えることが望ましい。

4. 現実の災害や復興に関する情報提供を十分に行う。

5. 災害によって新たにもたらされた疾患の診断は、約1カ月時点までに確定する。その時期には、可能な限り、診断を付け、記録に残すようにする。

### 援助者への心のケア

被災者の援助活動に携わることは多大なストレスを伴うため、心理的安定を保つためのケアが必要となる。援



助活動時には、過度の高揚感、万能感、同一化、燃え尽き症候群などのストレス反応がみられやすく、それに対して適切に対処していくことが求められる。以下のような点に注意する<sup>7)</sup>。

1. 医療者、援助者は、災害現場や死体の目撃、過剰な業務ストレスによって精神健康被害が悪化しがちである。業務内容、時期を明確にし、一週間以上にわたるときにはローテーションなどの工夫が必要である。
2. 派遣中の不眠が、派遣後のストレス症状と関連するので、睡眠確保が重要である。
3. グループ内で自分の経験や印象、気持ちの動揺などを発表しあうデブリーフィングを、定期的におこなう。

### 東日本大震災における精神医療の問題点

今回の震災に関しては過去の地震災害にない特異性がみられる。精神医療に関するものについては以下の点が問題であると考えられる。

1. 被災地の範囲が広大であり、地震、津波、原子力発電所事故など複合した要因があること。さらに、被害の程度に格差が大きく、原因も一様でないためにすべての地域で画一的な対応をおこなえないこと。
2. 支援機関となるべき病院、介護施設等が根こそぎ壊滅した地域では、従来の災害医療で想定されていたようなトリアージを行っても専門医療機関に搬送できず、避難所レベルで、継続して治療困難な精神疾患の治療を行わなければならないが、薬剤の調達などがきわめて困難な状況であったこと。

以上のようにこれまでの経験や知識をこえた状況が生じた今回の震災であるが、その中で、多くの医療関係者の皆様が献身的な努力をされていることは尊敬に値す

る。この努力が無駄にならないために我々一人ひとりの今後の行動が試されている。

### 文 献

- 1) Kuo CJ, Tang HS, Tsay CJ, Lin SK, Hu WH, Chen CC: Prevalence of Psychiatric Disorders Among Bereaved Survivors of a Disastrous Earthquake in Taiwan. *PSYCHIATRIC SERVICES* 2003; 54 (2): 249-251.
- 2) Kuwabara H, Shioiri T, Toyabe S, Kawamura T, Koizumi M, Ito-Sawamura M, et al: Factors impacting on psychological distress and recovery after the 2004 Niigata-Chuetsu earthquake, Japan: Community-based study. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 2008; 62: 503-507.
- 3) 前田 潔, 岩井圭司: 阪神大震災—高齢被災者における精神医学—。 *精神神経誌* 1998; 100: 723-728.
- 4) 植木昭紀, 守田嘉男: 痴呆を伴う高齢被災者への影響。老人性痴呆疾患センターでの調査から。 *老年精神医学雑誌* 1998; 9: 44-50.
- 5) 前田 潔, 柿木達也: 大規模災害における痴呆老人への対応—阪神大震災の影響—。 *精神神経学雑誌* 1996; 98: 760-765.
- 6) ベンジャミン J. サドック, バージニア A. サドック編, 融道男, 岩脇 淳監訳: カプラン臨床精神医学ハンドブック—DSM-IV-TR 診断基準による診療の手引, 第2版, メディカルサイエンスインターナショナル, 2003.
- 7) 金 吉晴: 平成16年度構成労働科学研究費特別研究事業「新潟県中越地震を踏まえた保健医療における対応・体制に関する調査研究」第5部 精神保健活動マニュアル。
- 8) Jia Z, Tian W, Liu W, Cao Y, Yan J, Shun Z: Are the elderly more vulnerable to psychological impact of natural disaster? A population-based survey of adult survivors of the 2008 Sichuan earthquake. *BMC Public Health* 2010; 10: 172.
- 9) 坂田三允編: 精神看護エクスペール7. 救急・急性期 II 気分障害・神経症性障害・PTSD・せん妄, 中山書店, 東京, 2005, p101-117.

