

研究発表2 -

うつ状態を呈した30代女性に対し、 病棟内内観療法、ピア・サポートが奏功した一例

佐々木聖奈¹⁾ 小田島早苗¹⁾ 伊藤恵理²⁾ 太田秀造³⁾

1)看護師 2)心理士 3)医師

札幌太田病院 ストレスケア病棟

1. はじめに

当院では、37年間に渡り病棟内内観療法を実践し、治療効果を得てきた。今回、父親との死別、仕事のストレス、関節リウマチなどが重なり、希死念慮、うつ状態を呈した症例に、病棟内内観療法やピア・サポート(以下ピア活動という)を実践した。その結果、自他理解を深め、目標を持つまでに至った経過を報告する。

2. 症例

A子、30代、女性。うつ状態。高校卒業後10年程勤務したが現在は無職。母と姉の3人暮らし。父親は平成X年に自殺した。

3. 病棟内内観療法、ピア・サポートの入院治療の経過

入院時、気分の落ち込み、不眠などがあり、昼夜逆転傾向だった。内観導入時は治療への抵抗があった。看護師が内観面接時に立ち会い、諦めずに治療を継続すること、自分の長所を誉めることなどを伝えて励ました。希死念慮がみられた為、多職種で情報を共有し、より心身状態の観察と安全確保に努めた。「自分を褒めるところ50個」のテーマから内観を開始(仮自己受容)した。面接時、今後について「なんとかなる」と話し、楽観的な気持ちへと変化がみられた。父に対するテーマでは、「お父さんと過ごした日々は本当に幸せだった」と話し、父の死を受容しつつあった(喪の作業)。

また、内観療法と並行し、「札幌ピア・サポートの会」(週1回病棟内で開催)への参加を促した。「自分と似た境遇の体験談を聴き、辛いのは自分だけではないと励まされた」と話し、心的外傷の緩和を認めた。更に、サポーターの趣味・特技を活かしたピア活動(折り紙療法、柔道療法、小弓道療法、化粧療法など)に職員と共に参加した。次第に参加回数が増え、規則正しい生活が可能となった。

4. 家族内観療法と予後

内観終了後、母が来院し家族内観療法を実施した。A子は「手足があって幸せだった。車の運転など色々出来た。これからはネイリストの技術を身に付けたい」と前向きな言葉を母に伝えた。母は、A子が最後まで内観療法、入院治療を受けたことを褒めた。その後、作業療法、ピア・サポートなどを継続参加し、入院期間12日で退院した。現在、退院後2カ月経過するが、社会復帰を目指し規則正しくデイケアに通っている。予後は良好である。

5. まとめ

希死念慮のあるうつ症例には、職員間が情報を共有し、十分な心身の観察、対応が可能である病棟内での内観療法が重要。

内観導入時の「自分を褒める50~100」(仮自己受容)のテーマは、内観導入の抵抗を軽減し、その後の内観認知過程10段階の自己観察、自己分析を安易にする。

札幌ピア・サポートの会を通じた、患者間の体験談の受容、共感による心的外傷を癒し、安心感を得る(自他理解、自他受容)。

サポーターの趣味・特技を活かした楽しいピア活動は、健全な精神(自己開放)を育成し、積極的な思考、活動が可能となる(自己確立、自己創造)。

病棟内内観療法、家族内観療法、ピア・サポートの併用が上記の有効性を認めた。