

# 分科会 20

## リハビリの視点から薬と体の健康を考える

黒川常治（ピア・カウンセラー）

渡邊博幸（千葉大学社会精神保健教育研究センター）

市来真彦（東京医科大学精神医学分野）

西田淳志（東京都医学総合研究所・心の健康プロジェクト）

### 【分科会の趣旨】

コンボでは、薬の適正な使用を訴えてきました。その背景には多剤大量処方による身体合併症や突然死の問題が頻発していることがあります。また、非定型抗精神病薬については、定型抗精神病薬に比べて効果が高く副作用が少ないと思われていました。しかし、効果については、それほど有意差が認められず、代謝系の副作用が大きいことや突然死のリスクも定型抗精神病薬よりもやや高いことも明らかになっています。

そうしたこともあり、国際的にも「薬は管理をして使うべきもの」「薬だけに頼らない医療の必要性」などが重要であると言われ始めています。

この分科会では、リハビリの視点から、薬と体の健康の関係を考えると共に、国際的にもこうした考え方が当たり前になってきている事を確認する場として開催しました。

### 1. 精神疾患患者が苦しむ副作用や身体的問題 —————黒川常治さん

精神疾患患者が苦しむ副作用には様々なものがあります。痩せすぎや肥満、口渇、血糖値の上昇、便秘、排尿障害、眠気、だるさ、皮膚、性機能不全、アカシジア、身体の痛み、フットケアなどなど。

こうした多彩な副作用や身体的な問題はなぜ起きるのかを当事者の視点から分析してもらいました。

たとえば、安定した労働に制限があることで低収入となり、それに障害や食生活のアンバランスや、質の低い医療などが加わることで、生活習慣病に陥りやすいなどのマイナスの循環ができてしまうことが考えられます。

こうした環境をどのように変えていくのか、当事者の視点から語っていただきました。

### 2. 体を守る薬とのつきあい方 —————渡邊博幸さん

統合失調症のドーパミン仮説、抗精神病薬の副作用のメカニズム、受容体プロフィールからみた各薬剤の副作用の違い、心循環系の副作用は種類だけでなく用量も影響すること、抗精神病薬を安全に使うためになどをテーマにわかりやすく解説していただきました。

特に、抗精神病薬は、薬によって出やすい副作用が違うこと、また、血液検査や心電図検査などのモニタリングは必要不可欠であることなど、体を守るための薬の使い方を具体的に解説してもらいました。

### 3. 薬物療法は「安定・維持」から「リハビリの旅」へ —————市来真彦さん

人が病院に行くのは、何を求めて行くのか？ 病気を治すためなのか？ 慢性の疾患であるために、病気を抱えて生きていく場合、なんのために治療をしているのか？——市来さんより、参加者にさまざまな質問を問いかけ、そうしたことを参加者とともに考える場としました。

#### 4. 心の健康が不調になると身体の健康も諦めなければならないでしょうか？

##### 身体的健康の不平等解消を目指す国際運動 Healthy Active Lives (HeAL)

—————西田淳志さん

心身の健康を求め実現することは、すべての国民の基本的権利であり、地域や社会の発展の基盤です。今、この問題を直視し、それを克服するための一歩を踏み出すことが求められています。人々が心の健康を損ねても、身体的健康を求める権利が十分に尊重され、また身体的健康を実現できる社会を作りあげる、そのための具体的な行動を起こすべき時がやってきました。

こうした取り組みは世界的な潮流になりつつあります。

たとえば、「HeAL(健康で主体的な生活)国際宣言」(Lancet 2014)は、世界のあらゆる地域の臨床医、サービスユーザー、家族および研究者の声を結集させ、精神疾患を経験している人々の身体的健康の改善に取り組むための国際宣言であり、国際運動です。

2014年11月には、HeAL Japan Initiative が正式発足し、日本でもこの国際運動と連動した取り組みとその推進のネットワークが立ち上がりました。

西田さんからは、こうした心身の健康を求め、実現するための取り組みが世界的に広く展開されはじめている実情を語っていただきました。

《丹羽大輔（NPO法人地域精神保健福祉機構・コンボ）》