

浜松市の摂食障害患者の家族支援について

浜松市精神保健福祉センター

松尾詩子 佐野祥子

入手昭則 小林俊博 二宮貴至

(要旨)

摂食障害はこれまでに若い女性を中心に患者数の増加が指摘されてきたが、近年、児童や中高年の女性、そして男性にも発症の枠は広がり、社会問題として取り上げられている。適切な治療を受けないと死に至ることもある深刻な病気であり、その多くは心理的な要因で食事のとり方に異常が生じる病気であると理解が進む一方で、専門医や専門的な治療ができる医療機関や患者・家族の相談機関は少なく、患者やその家族は行き場を失う現状もある。治療は長期に渡る場合が多く、患者が苦痛を抱えると同時に、その家族も苦痛と患者への関わり方に戸惑い、家族関係も大きく揺さぶられる。

摂食障害治療・支援については、浜松医科大学付属病院精神科神経科（以下浜松医大）によって先進的・積極的に取り組まれており、入院治療から、退院後のフォローへ支援の幅を広げている。平成 24 年末には摂食障害デイケアや院内家族教室が開始。浜松市精神保健福祉センター（以下センター）では、浜松医大と協働して、平成 26 年に講演会を開催し、その後、家族教室を再開され交流会を開始している。

センターでは、ひきこもり・依存症・うつ病・摂食障害患者の家族を対象とした家族教室の開催や個別相談を行ってきたが、その中で、摂食障害患者家族については、特に支援につながりにくいことや支援の難しさを感じてきた。平成 21 年度に開始した家族教室においては、一度休止となっている。

平成 26 年度から摂食障害家族支援を再開するにあたり、患者家族が必要な支援につながるためのアプローチや環境づくりについて試行錯誤してきた流れや参加者の意見から浮かび上がる家族のニーズについて考察し、今後の支援を検討していく。

(浜松市の摂食障害支援の流れ)

1 平成 21 年度から平成 23 年度

平成 21 年度より平成 23 年にかけて摂食障害患者家族の家族教室を開講したが、他の家族教室と比較すると初回の参加人数は半数で、更に回毎に参加者数は減少、継続困難となり休止となる。休止の間、個別相談窓口は設けていたが、利用は数件に留まった。支援者や同じ境遇にある家族同士がつながり交流を通して家族の力を回復していく集団によるエンパワメントが期待できると考える一方で、家族にとってそれはウェイトが高いものではなく、何か求めているものが他にありそうな印象であった。参加人数のバラつきや参加メンバーの根付かなさは、地域のクリニックで唯一家族が集まれる場を提供していたクリニックのスタッフからも聞かれており、この障害の家族支援を考える上で大きなテーマと考えている。

2 平成 26 年度

浜松医大が摂食障害患者のデイケア「しんりん」を開設し、患者・家族に対する先進的な取り組みを行う中で、センターと浜松医大と協働した摂食障害家族支援事業が始まった。事業の目的は、摂食障害者の家族が、家族教室や交流会を通して、摂食障害の基本的知識や対応方法を習得する、同じ境遇にある家族とつながり、交流する中で様々な感情を分かち合い、支え合って、精神的な苦痛を和らげながら、患者の支援に向き合っていく、将来的に家族会の発足を目指し、家族教室や交流会の中でキーパーソンの育成を行っていくことである。対象は、いずれも摂食障害患者の家族に限定している。

4 月に摂食障害患者家族を対象とした講演会を実施し、5 月より家族教室および家族交流会を開始した。様々な視点から浜松市における摂食障害の普及啓発と、患者・家族の支援体制を検討していくために、摂食障害支援者検討会を年に 2 回開催し、浜松医大や摂食障害患者を長期に渡ってフォローしてきた地域のクリニックの支援者にも参加いただいている。

ア 講演会

摂食障害支援の普及啓発と対象者のニーズの把握を目的に、平成 26 年度 4 月に講演会を実施した。参加者は 39 名であった（定員 40 名）。前半は精神科医による浜松市の摂食障害治療の現状についての講演と、センターより摂食障害家族支援の紹介を行った。後半には、県内家族会の活動紹介と家族の体験、また参加者を 4、5 名のグループにわけて交流会の形をとり、情報交換や、それぞれ日々抱えている困難感についてわかちあう時間を設けた。

また、その中で今後の家族教室や交流会の構造（曜日、時間、その他要望など）についてアンケートによるニーズ調査を行った。

イ 家族教室

全 4 回 1 クールとして年に 3 クール開催。月に 1 回、平日に 2 時間行われる。講師はセンター職員で、パワーポイント教材やワークを用いる。ワークでは、それぞれの想いや体験を共有し、交流する時間となる。プログラム内容は以下の通りである。浜松医科大学付属病院の家族教室で用いられている教材を一部アレンジしたものとなる。

第 1 回	摂食障害への効果的な対応を知ろう	外在化
第 2 回	摂食障害を知ろう	先行研究、症状理解、会話のコツ
第 3 回	摂食障害の回復・サポートのコツ	回復のコツ、事例
第 4 回	体験者の話を聞こう	交流会参加

ウ 交流会

隔月原則第 1 土曜日の午後 2 時間枠で開催している。スタッフはセンター職員で、浜松医大の医師や臨床心理士にも参加いただいている。スタッフがファシリテーターで、それぞれの近況や、話から上がったテーマについてそれぞれの体験を共有する。現在参加者は 3～8 名である。

3 平成 27 年度

ア 講演会

平成 26 年度、27 年度上半期の取り組みで交流会の継続参加者の減少がみられてきたため、アンケートから各回の振り返りや、参加者との直接のやり取りによる参加者ニーズの再確認を行った。アンケート内容では、交流会の中で同じ境遇にある家族との交流に安心感を感じ、高い満足度やいい気分への変化もみられる一方で、直接的なやりとりからは「具体的な対応を教えてほしい」「回復した人の家族の話がききたい」という意見は多く、交流会の内容に物足りなさや落ち着かなさを感じられている印象を受けていた。そこで、継続参加者の希望を汲んで、新しい取り組みとして交流会の中で講師を迎え講演会を開催することとした。規模が小さく、そして顔見知りの家族と再会できる場を提供することで、質問や話し合いがしやすくなることその他、交流会の継続参加の促進を図った。周知は平成 26 年の講演会以降、家族教室や交流会に一度は参加したことがある患者家族に行った。当日は 21 名が参加し、講演会の中でも講師と参加者のやり取りがみられる、アットホームな内容で、参加者の満足度も高いものだった。

(考察)

摂食障害家族支援の幅を広げて 2 年目の時点で、参加者数に波がみられている。家族教室、交流会の参加者の多くは医療機関からの紹介で、広報や市が発信する案内をみてつながる人は少ない。交流会は継続参加者数が一時減少し、対策を練る必要があった。参加者からは家族教室、交流会に共通して「助言が欲しい」というニーズが圧倒的に多く、常に支援者、指導者を求めている印象を受けた。一方、センターでは、家族会発足やキーパーソン選出を考えていたため、主体性を損なう懸念から、スタッフの意見は最小限に留め、家族同士の交流をメインとする体制を崩さずきた。しかし、次第に参加者のニーズと提供するものの不一致を感じはじめ、継続参加者の減少も重なり、改めて求められる支援について再考しているところである。摂食障害は「自尊心の病理」とも表現されているが、家族と接していて、家族自身からも自尊心の低さを感じることもある。そこには、摂食障害患者から影響を受けた家族の認知の歪み、あるいは家族自身がとても熱心で「過ぎる」特性を持ちながら、子育ての躓きが挫折経験となっていること、家族としての役割不全感もうかがえる。継続参加者の促進に、今年度 9 月の交流会の中で家族会の方を講師に迎え、講師と距離の近い講演会を実施した。3 名程だった参加者は、21 名に増加した。印象的だったのは、講演の中で、講師に家族が自身の対応があっているか確認した際に「そうだよ、心配だよ」と受容され、続いて“できている”“できていない”の評価でなく「それでいい」と保証、是認されたことで安堵の表情を浮かべられたことである。子育てやパートナーへの関わりや自身の役割に自信をなくした家族にとって、「大丈夫」「それでいい」といった保証、是認する先輩や支援者の存在は、家族の自信（力）を取り戻す重要な要素になると思われる。そのような思いから、今後スタッフのスタンスとして、交流の基本的知識など情報提供や体験の伝え方など、支援者のサポートも柔軟に組み込んでいきたいと考えている。そのサポートに家族が自身の体験を乗せて語られるようになると、事業目的でもある会をリードする人材がでてくるのかもしれない。このように手さぐりではあるが、摂食障害の普及啓発や患者・家族支援を検討するにあたり、家族の声と、浜松医大をはじめ地域のクリニックなど市内の摂食障害支援者が情報共有する場を設けて、現場のニーズを拾い上げる機会も大切に、今後更に内容を深めていきたい。

平成 27 年 10 月 21 日より県摂食障害治療支援センターが浜松医大に開設され、地域の治療機関も増加し、行政が協働して支援の窓口は少しずつ広がってきている。支援体制をより充実させ、一人でも多くの対象者の早期発見と早期回復の促進を図っていきたい。