

池淵恵美（著）

## こころの回復を支えるー精神障害リハビリテーション

武田雅俊（大阪河崎リハビリテーション大学認知予備力研究センター）

「精神障害リハビリテーション」をライフワークとして実践と研究をリードされている池淵恵美先生が、帝京大学主任教授としての定年を迎えられるのを機に上梓された本書には、40年間の「精神障害リハビリテーション」第一人者からのメッセージが詰め込まれており、精神障害をもつ人への専門的援助について、精神療法家とも認知行動療法家とも薬物療法家とも違うスタンスが提供されている。著者は、専門家の視点からのリハビリテーション（社会参加などを目標とする客観的リカバリー）と当事者の視点からのリカバリー（満足できる自分なりの生き方を達成するパーソナルリカバリー）とが統合されて初めて本当の意味でのリカバリーが達成できると考えており、エビデンスに基づくパーソナルリカバリーの実践をめざした活動の軌跡が記述されている。

リハビリテーションとは、脳とこころの機能回復と共に当事者が社会の中での生き方や人生を取り戻していくことを支援するアプローチであるが、著者が伝えたいことは、精神科治療にリハビリテーションが加わることによって、当事者がリアルワールドで生活していく支援が可能となるとの指摘である。精神科医、看護師、心理士、社会福祉士、リハビリテーション専門職など精神障害の臨床に携わる全ての人に知ってほしいメッセージである。

現在の精神科治療が、すべての当事者に納得のいく人生や豊かな社会参加を提供できているとはいえない。その理由としては、精神疾患の複雑さ、治療現場の時間とマンパワーの不十分さ、社会的なリソースの不足と偏見などの要因が考えられるが、「精神障害リハビリテーション」は、直接的に当事者のリカバリーを支援する生活臨床の重要な領域であり、個々の事例の中からサイエンスとして提示できるメッセージを抽出することがなかなか困難な領域でもある。本書はそのような困難な課題に正面から取り組まれた力作であり、臨床家に役立つ内容と

なっている。

著者は、精神障害リハビリテーションは初診の時から始まるという。精神症状がよくなればおのずから生活が回復するわけではなく、初診時から当事者のリアルワールドでの生活を念頭に置いた見方が必要であると断言する。そして、精神障害に起因する苦しい症状に対しては、まずは本人が楽になることを見つめる努力をすることが必要という。精神科医の中には、ここまでの役割しか果たしていない者もいるのかもしれないが、本書で述べられているように、リハビリテーションの視点からいうと、これは治療的かかわりの第一歩にすぎない。著者は、臨床家に求められている役割を、「当事者だけでなく家族や周囲の人たちに、障害の特徴を知ってもらい、どうつきあっていくかを学んでもらう」こと、「楽しいことや興味を持てることを見つけ、自信や気力を取り戻していく」、「本来の自分の力が戻ってきたら社会参加の目標を見つけていき」、「リアルワールドにチャレンジする」ことであると述べて、順番にそのプロセスと手順を述べる。さらに、臨床家でないと思いつかないような丁寧さで、「なかなかよくならない症状や障害とつきあっていくやり方を探す」こと、「リハビリテーションから次の一歩が踏み出せない場合」の方法に加えて、「再発・再入院への対応」についても述べる。著者は、「長い目で見て、回復を信じていくことが大切である」とこと、「人それぞれのリカバリー」があると締めくくる。

著者は、「精神障害リハビリテーションの現場は、もっと個性性に満ち、波瀾万丈であって、ドラマチックな展開がある」と言うが、本書にちりばめられた40例超の事例（「CASE」欄）を読み返してみても、どの事例にも著者の回復を願う温かい心と温かいまなざしが感じられ、その通りだと思った。

（A5・頁284 2019年 定価：本体3,400円＋税  
[ISBN978-4-260-03879-9] 医学書院刊）