

研究会報告

第30回 日本サイコネフロロジー研究会

船越 哲

〔衆和会長崎腎病院/第30回日本サイコネフロロジー研究会大会長〕

去る2019年7月6日(土)・7日(日)に、長崎市のニュー長崎ホテルにおいて第30回日本サイコネフロロジー研究会を開催いたしました。432名の医師・看護師・臨床工学技士等の参加があり、一般演題・シンポジウムなどで有意義な議論を展開していただきました。ここで改めてご参加いただいた方々、発表していただいた方々、そして開催にご協力いただいた関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

平成が始まったばかりの1990年7月に、故春木繁一先生らにより第1回目を発足した当時においては、本邦では知名度が高くなかったサイコネフロロジーですが、近年レベルアップしてきた背景として、社会的な流れがあります。ここ10年ほどで一般企業において急速に産業保健衛生が注目されるようになりました。「ストレスマネジメント」「メンタルヘルス」などの言葉は常用語となり、2015年には厚労省により「労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度」が施行され、社会全体において就労者の精神科学的なモニタリングとその対応の需要は拡大しています。

ただ、一般企業では職場のストレスに対するセルフケアなど、就業者保護のためのスキルといった比較的広い観点から考えられるのに対し、サイコネフロロジーはあくまで末期腎不全という病態とその治療という、患者にも医療者にも変え難い環境に根ざしています。今回の研究会のテーマ「科学としてのサイコネフロロジー」には、腎不全患者・家族、加えて医療者自身の心のケアを、できるだけ感情を交えずに客

観的・科学的に考えたいという想いが込められています。

今回は初めての試みとして、海外から講師を招き同時通訳付きでレクチャーを受けました。コーネル大学ロゴシン研究所のDr. Daniel Cukor (ダニエル・スーコー) というサイコネフロロジーの第一線の研究者に、『血液透析患者の不眠』という取りつきやすいテーマで講演していただきました。米国の不眠治療ガイドラインでは、第一選択治療として認知行動療法が推奨されており¹⁾、睡眠制限または睡眠統合、つまり「睡眠時間の全てを夜間にまとめる」こと(寝る目的以外でベッドに入らない、昼寝は避ける)、就寝直前の覚醒レベルを下げるためのリラクゼーショントレーニングなど、興味深い話題をわかりやすく聞くことができました。また、海外の言葉で聞くことにより、私たちが見知った透析医療を一步離れて見ることができたのではないかと考えます。

今回の研究会は長崎市から埼玉県越谷市へ移り、2020年7月4～5日に埼玉医科大学の小川智也先生を大会長として、「未来の創造—サイコネフロロジーの根を張ろう」というテーマで開催されます。この会が連綿と続き、サイコネフロロジーが世の中に貢献し感謝される領域となることを願ってやみません。

文 献

- 1) Winkelman, J. W. : Clinical practice—Insomnia disorder. N. Engl. J. Med. 2015 ; 373 : 1437-1444