

本人・家族のための 精神医学ハンドブック

こころの病気のやさしい教科書

大森哲郎著

日本評論社, A5判 192頁, 1,980円, 2024年4月刊

(原田メンタルクリニック・東京認知行動療法研究所)

原田誠一

この書の刊行を知り、「すこぶる大切なテーマが、最適任の著者・大森先生によって書き下ろされていて、きっと素晴らしい内容に違いない」と当たりをつけたが、通読してこの直感が正しいと分かって嬉しく感じ入った。「まえがき」で大森先生は「この本では、こころの病気を患者・家族のみなさまへ向けて、できるだけ正確に、できるだけわかりやすくお伝えします」と記している。実際に先生の筆致は平易で精緻、本人と家族に安心、励まし、さまざまな工夫のヒントを届ける配慮と温かさに満ちている。達意の名文を読みながら、評者はしばしば大森先生の温顔と笑顔、穏やかな話しぶりを思い浮かべて感慨に浸った。

本書は二部構成で、初めの「総論」は「こころの病気の原因と分類」「こころの病気の診察と治療」から成る。続く「各論」では各種のこころの病気に関して、①症状、②経過、③発症と原因、④病態、⑤治療が分かりやすく記され、⑥本人の療養の心構え、⑦家族と周りの人にできること、も附記されていて本人・家族のニーズにしっかり応えてくれる万全の内容だ。加えていろいろな話題、「病気と普通の境界」「抗不安薬と睡眠薬への依存」「通院治療の支援制度」などが「コラム」で平明に解説されており、本書の価値と魅力を増している。

本書を通読しながら評者が感じた内容を、3点記してみよう。まずは、本人・家族のための精神医学ガイドブックの決定版が刊行されたことへの感謝と祝賀の気持ち。本人、家族のニーズがある際に、評者は自信をもって本書を薦めることができる。この本の刊行は、我が国の当事者、家族、そして精神医療へのかけがえのない贈り物となった。

次は、本人・家族のみならず精神科医にとっても

本書は必読書だなあ、という発見。本書の各所で大森先生は、本人・家族の不安、疑問、躊躇をふまえた見事な対応例を供覧している。その記載を読みながら、評者は「果たして自分は、そして現在の多くの精神科医は、こうした内容をどれくらい実践できているだろうか」と考えて^{じくじ}忸怩^{あんたん}／^{あんなん}暗澹たる思いを抱いた。この本は私たち精神科医にとっても啓示の書であり、警策の役割を果たしてくれる。私たちは同じ実践はできないにしても、先生をお手本にして少しでも近づこうとする努力はできるはずだ。

最後は、大森先生と師・山下格先生に代表される北海道大学精神科出身の先生方にまつわる連想。大森先生は山下先生の名著の改訂版『精神医学ハンドブック—医療・保健・福祉の基礎知識 第8版』（日本評論社, 2022）を刊行し、この経験が今回の新刊書誕生の契機となった事情を「おわりに」で記している。

かつて中井久夫先生は、九州大学精神科出身の先生を中心とする皆さんを南西学派と呼んで称揚したが、本書を読み進めながら「北海道大学出身の先生を中心とする皆さんを北方学派と呼ぶのはどうかなあ」と思った。評者は南西学派と北方学派に同じ満腔の敬意を覚えているが、双方の相違点も感じている。評者の印象では、南西学派は群雄割拠する豪傑の活劇が見事な水滸伝的世界であるのに対して、北方学派は正統派精神科医の最良の部分を具現する、温かさに裏打ちされた明澄な良識と自由闊達で融通無碍な精神を兼ね備えた孔孟老莊の世界となる。今回の新刊書を通して、評者は北方学派の真髄、魅力、底力を改めて実感した。

ちなみに、大森先生と山下先生の共著が本誌に掲載されており、評者の知る範囲では、①共著者に久住一郎先生も加わっている「診療に駆け込む精神療法」（精神療法 41(2) : 231-237, 2015）、②「自著三編について」「山下格の三編について—山下格先生の外来診療室と教授室の勉強会」「北大精神科在職中の思い出」（精神療法 増刊第1号 : 179-187, 2014）がある。興味をお持ちの諸兄姉におかれましては、是非ご一読ください。