

日本初のストレス疾患専門病院

年間自殺者は3万人余

# 癒しの病棟

フォト・レポート

ある日突然、仕事が手につかなくなる、会社に行けない——ストレスからおこるさまざまな病気。ときには、「死」を選ぶケースも珍しくなくなった。そんなストレス疾患を専門に治療する病院がある。本誌は、最先端のストレス医療の現場を徹底取材した！

写真●伊藤隼也



院長である徳永雄一郎医師(写真奥)のカウンセリング風景。写真右は入院時に、患者が記入する「ストレスチェック表」

ストレスチェック表

この1週間以内に、あてはまるもの数を数え、1から5までを合計して、その合計がいくつになるかを記入してください。

1	よく眠るのをくし、十分にいい。
2	眠りが浅い。
3	目が覚めやすい。
4	午前や夜明けに目が覚めることがある。
5	寝床から起きた感じが、寝たままでも目がさる。
6	寝床から起きた感じが、寝たままでも目がさる。
7	手が震る。
8	手が震る。
9	手が震る。
10	手が震る。
11	手が震る。
12	手が震る。
13	手が震る。
14	手が震る。
15	手が震る。
16	手が震る。
17	手が震る。





## 脳医学を取り入れた最先端治療が行われる



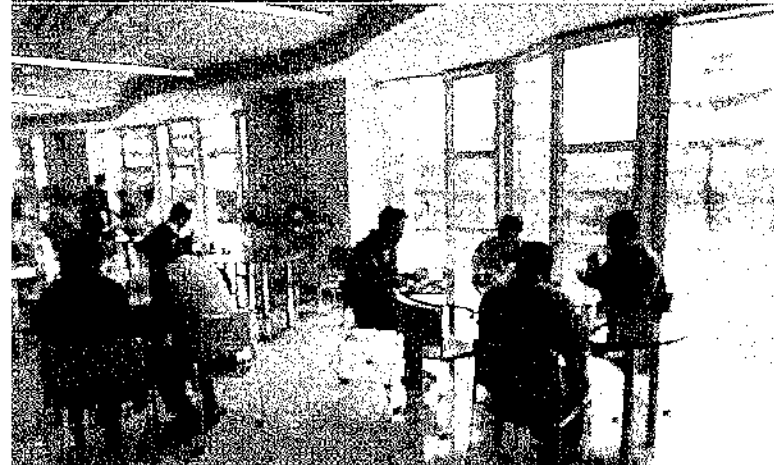
▲CTスキャンで患者の脳を診断するスタッフ。医療スタッフ全員で定期的に開く会議で患者の診療方針を決める。歩き方など細かい点まで分析する

◀将棋や麻雀など、娯楽も取りそろえている。このほかにも、患者が自由に使えるスペースがある。体を動かすための卓球台などもある

▼病院前で釣り糸を垂れる。春から秋までが本格的なシーズンだという。入院して始めて趣味を持つ患者もいる。娯楽も重要な治療の一つだ



◀陽光がたっぷりとし込む食堂には、ほぼ全患者が集まる。メニューは洋食と和食の2種類。掲示板に振り出された献立予定表を見て、各人が選択する





▲無料のアロマセラピーを受ける。希望者が殺到して、「料金をとってでもいいから回数を増やして欲しい」との要望が多いという。ほとんどの患者が熟睡するとか

「新聞が読めなかつたんです。恐ろしくて。毎日のように、紙面には「リストラ」「倒産」「ホームレス増加」などの文字が躍っている。いつ自分にこの不幸が降りかかるかと不安で……。なぜか、周囲の人に愛に思われながらも、相手かまわず喋り続けてしまう。話題は何でもいいんです。次第に、露骨に嫌な顔をされて、また怖くなるという悪循環です」

このサラリーマンの男性は、30

代で入院2カ月目だという。

福岡県大牟田市にある「不知火病院 ストレス・ケア・センター海の病棟」は、ストレスで疲れた人たちが入院する「ストレス疾患専門病院」だ。入院施設のあるストレス専門病院は、全国でこの病院を含め数少ないのが現状だ。なかでも、この病院は99年12月に開院、日本のストレスからくる「心の病」の治療の先駆けとなった。現在、この病院には、17歳から

72歳までの48名の患者が入院している。約10年間で延べの入院患者数は1600人を数えるが、患者は働き盛りの30代から40代の男性が中心だ。リストラや過労などで、「心の病」にかかってしまった人がその門を叩く。

「最初は薬物投与も行いますが、カウンセリング主体の治療を施します。平均入院期間は2カ月です。カウンセリングで、患者は自分について自由に話す。日の出ごろに起床し、夜9時30分には消灯する。ときおりレクリエーションで体を動かす。そういった治療法は効果があるのです」

この病院は、レクリエーションを取り入れているのが特色だ。毎月、2〜3回、温泉旅行、釣

り大会、ボウリング大会などイベントを病院側が企画して、医師や看護婦が同伴する。もちろん、参加、不参加は患者の自由だ。症状が良くなるにつれ、積極的に参加するようになるという。

さらに、この病院には、アロマセラピーとカイロプラクティクまである。「この二つの治療は、肩こりをもつ人があまりにも多いので始めました。患者にも人気がある(徳永医師)」という。

では実際に、この病院の入院生活をみてみよう。

病棟に入って、一番驚くのは病室や廊下などの広さと明るさだ。病室は、4人部屋と個室の2種類。そのいずれにも、有明海に通じる運河に面した約2階ほどの大きなガラス戸がある。ベランダに出て、潮風にさらされることも可能だ。「ベランダで、目の前の運河をぼんやり眺めるのが好きです。こんな生活は忘れたいました」(40代男性・入院3週間目)

ベッドや戸棚、椅子などの家具類は木製で、ホテルのシングルルームの要囲気。唯一、病院を思わせるのは、電話の横についたナーコールのボタンだけである。

食事は、1階にある食堂で摂る。一人で食事する人もいれば、4〜5人で食べているグループもある。もちろん栄養士がたてた献立だが、週に2回、朝食をバイキング形式にしている。単調になりがちな病院食にも、気を使っているのだ。

さらに、この病院は、外出・外泊も自由だ。週末は、家族の待つ家庭などに帰る患者もいる。



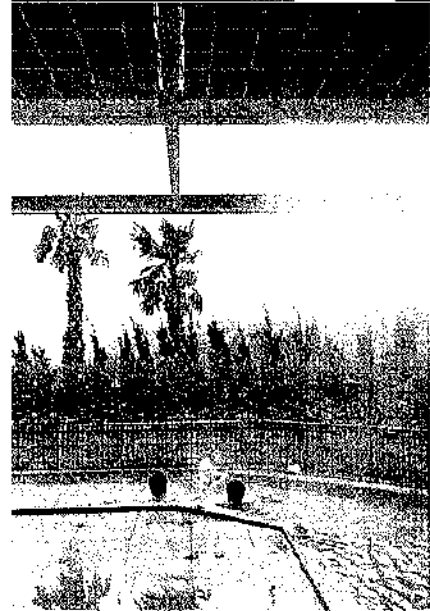


4人部屋は、極力「病室」のイメージを否定した設計だ。ベッド、椅子など家庭用を使用している。湾曲した高い天井は、安らぎを与える



「私は先日、昼にとんカツを食へに外出しました。(心の)調子がいいときは外出する気になる(50代男性・入院6カ月目)」「ここまでくると、「本当に病院か」と思う読者もいるだろう。ちなみに、4人部屋の差額ベッド代は一日5000円で、1カ月の平均入院費は20万円〜25万円だ。だが、サラリーマンにとって平均2カ月という入院生活に踏み切るのは、勇気が要る。

ここで、竹中公平氏(44歳)仮名の入院までのケースを見てみよう。竹中氏は、東京で大手電気機器メーカーに勤務していた。毎日、帰宅時間が深夜0時を越える。土曜日も午前5時に出社し、そのまま翌日曜日の朝まで仕事。こんな生活が2年近く続いた。「仕事中でも意識が朦朧としたり、頭痛、不眠、肩こりなどがひどかった。上司や同僚の肩書はわかってても、突然名前が出てこなくなったりで、口数も減った。そしてある日、珍しく家族と食事をしていたときでした。娘が泣きながら「お父さんと一緒にいると息が詰まりそう。真剣に治療を考えました。それまでは会社の評価が気になって、入院なんて頭になかった」(竹中氏)



そこで、竹中氏は、直属の上司と人事部に「入院したいので長期休暇が欲しい」と打ち明けた。

▲瀬河に面しているということも、大いに治療効果があるという。潮の満ち引き、潮の香り、行き交う漁船などは「癒し」につながる。庭のベンチで日光浴も楽しめる。

▲希望者を募って、近くの天然温泉にも行く。病院からクルマで一時間圏内に、多くの良質の温泉が湧き出しているのだ。最も患者からの要望が多い「へんたの」一つだ。

竹中氏は2カ月入院した後、現在復職している。

厚生省の統計では、70年の調査開始以来初めて、自殺者は3万人を越えた(98年度)。直接の因果関係は証明できないものの、現代のストレス社会が要因の一つといわれている。

最後に、徳永医師が、ストレス疾患の危険信号を教えてください。

①仕事の能率が落ちた②免疫力が弱ってカゼが治りにくくなった③服装に無頓着になった④好きなものも食へたくない、などです。

これは経験則ですが、ストレスにたいしては、「自然を感じる」ことが「癒し」につながり、非常に効果があると思います。

趣味や余暇などの「癒し」は、ストレスに対する非常に有効な治療方法であるということも、再認識するべきではないだろうか。