

Que Será, Será

VOL.8
1997
SPRING



廣江 武 撮影

精神療法

貝谷久宣

藤沢周平が亡くなり書店に追悼フェアのコーナーがあった。私は今までこの作家の小説を一度も読んだことがなかったので、山と積まれた彼の作品の中から一つを手にとって。それは「春秋山伏記」という題であった。山伏という少し神秘的な言葉に惹かれ、そして、東北出身のこの作家の持ち味を味わえるかも知れないというかすかな期待を胸に秘め、他の本を手取るまでもなくこの本を買った。私

み着いていたもぐりの別当月心坊とどちらが法力があるか試されるといふ話である。既に月心坊がさじを投げた、足が立たなくなつてから半年になる一六の娘を治したら神社の主にしようと村の長人が大鷲坊に難問を投げかけた。若い大鷲坊はこのヒステリー性失立症を患うおきくの精神療法を始めるのである。その過程はまさに専門家がじっくりと味わうべき内容であった。

おきくはこの二ヶ月ばかり奥座敷に敷いた床に寝たきりになり、茶の間まで連れだそうとしてもいやがった。食は細り、青白い顔をして天井を眺めていた。家のものは手の打ちようがなく心配をするばかりであった。若い寡婦のおとしを看護婦代わりに伴つた大鷲坊が訪れたときのおきくは、夏だというのに戸を閉めっぱなしで薄暗い部屋に寝ていた。頬が青白くこけ、眼

これは、羽黒山のお墨付をもってある村にやってきた山伏大鷲坊がその村の神社に住

ある。

精神療法

が美しかった。大鷲坊はまず、おきくの動かなくなつた脚の浴衣を払いのけ恥じらうのもかまわずじつと下肢を観察した。まず機能欠損部の視診である。次は脚の触診である。脚の指を握り、内側に曲げたり上にそりくり返らせたりし



た。足首を丹念にさわり、骨や筋をさぐつた。次に白いふくらはぎを静かに採んだ。おきくは羞恥とも恐怖ともいえない表情になつていたが、おきくの脚は死んだ魚のごとくびくりともしなかつた。その脚が不意に跳ねた。大鷲坊の手が不意におきくの内股に滑り込んだのである。大鷲坊は決して好色でこうしたのではなく、これにより、器質性の障害を否定したのである。彼の

綿密な「神経学的検査」は、おきくの障害が心因性であることを暴露した。大鷲坊は山伏らしく、これは病気ではなくおきくが自分から呼び寄せた死霊に誘われ、自分自身を十方闇の中に閉じこめているのだと、おとしに説明した。そして次にその死霊の詮索が始まった。おきくが歩けなくなつた直前に幼なじみの弥作が奉公先で突然病死したことが判明した。弥作を思いつめて自分も死にたいと考え死霊にとりついたのであるという心因が推定された。

山伏大鷲坊はこのような手はずで「診断」を終え「治療」を開始した。大鷲坊は天気の良い日は必ずおきくを背負つて人や馬、駕籠が通る様子、子供の遊ぶ姿を眺めさせた。山葡萄を摘んだりした。おきくははじめは大鷲坊の背に負われることをいやがっていたが、あきらめてされるままにした。毎日毎日おきくを背負つて歩く大鷲坊を村人は奇矯に感じた。祭りの日、大鷲坊はおきくを背負つて村はずれの森にいく人波の中にいた。そして背中のおきくに次

のように言い聞かせていた。「稲を見る、きれいだろ、命があつて生きているからきれいだ。一生けんめい生きて、みのつてきれいに光っている」と生きることの尊さと美しさを説いた。また、同じ年頃の若者達とおきくが話す機会を大鷲坊は作つてやった。

このように大鷲坊はおきくを暗い部屋から日の光の下に連れ出し、鳥や、草や、人間が嬉々として生きる姿を見せて廻つたのである。そして、最後の仕上げは三〇人ほどの村人を集めておきくのための祈祷会を催した。真新しい法衣をつけた大鷲坊が印を結んで経を唱えるところで、死霊からおきくを離す一種のセレモニーが始まった。そして、おとしに介助されたおきくが読経の中で立ち上がり、この話が終わるのである。

神経学的診察から始まり、周囲の者からの問診、そして心因が推定され、診断が確定する。そして、治療が開始されるのだが、この治療は押し掛け治療であるので、患者は治療に積極的ではない。また、

これがヒステリーの特徴でもある。治療者に対する患者の陰性転移が、毎日毎日繰り返す背負うというからだだからだの接触により陽性転移に変えられる。そのなかで、ここるところの交流が生まれ、人が生きる喜びがよみがえさせられ、現実からの逃避が中断させられる。最後に衆目の中での暗示に満ちた儀式によつてついに失立を治してしまつた大鷲坊はベテランの精神科医である。藤沢周平が作家の眼で人間というものを見透してこのような記載をしたのか、またはどこかで精神医学を学んだのか興味のあるところである。



(なごやメンタルクリニック 院長、心療内科・神経科 赤坂クリニック理事長)

摂食障害について (1)

神経性食欲不振症(拒食症)や神経性過食症などの摂食障害については、新聞・雑誌・テレビなどでたびたびとりあげられています。しかし、その原因や治療法については、専門家の間でも必ずしも意見が統一されているわけではありません。そのためあつて、実際に症状がありながら医療機関を受診していかない場合も多くあるかと思われまふ。

そうではあつても、できるだけ早い段階で治療を開始することが望ましく、また、ここからからだの両面からのアプローチが必要であるとされています。

神経性食欲不振症の診断基準は何種類かありますが、基本的には、他に器質的な病気が無いにも関わらず、著しい体重減少を来し、月経の停止があれば、神経性食欲不振症ではないかと考えてみる必要があります。体重減少の目安としては、(身長-100)×0.9(kg)という計算



法がよく用いられます。例えば身長が160cmであれば、標準体重は54kgということになります。その標準体重から15%〜20%以上減少しているときには著しい体重減少があると考えられます。身長160cmの人であれば、体重43.2kgで標準体重マイナス20%です。体重

減少に伴い、無月経をはじめとして、低体温、脈が遅くなるなど、からだのさまざまな症状が現れてきますが、当人は、勉強やスポーツ、仕事などを熱心におこない、行動がむしろ活発になるといふこともしばしば見られます。最初の段階で気をつけなければならぬことは、器質的な病気ではないということを確認しておくということです。糖尿病や甲状腺の病気、ある

いは胃潰瘍、脳腫瘍などでも、食欲の低下と著しい体重減少を来すことがありますので、病院で検査をしておく必要はあります。

神経性食欲不振症では、当人のやせたいという気持ちが強く、周囲の心配にも関わらず当人はやせている状態に満足し、さらにダイエットを続ける場合や、医療機関に行くことをいやがりたりする場合もあります。性格的にも頑固でかたくなな感じになり周囲の人も対応が困難になる場合もありますが、体重減少による影響も受けていますので、暖かく見守りながら治療をすすめていくことが大切です。

また、食べないこと以外にも、さまざまな食行動の問題が生じてきます。偏食や過食、さらには食べた物を吐いてしまつたり、下剤を大量に使用したりといったことが見られることがあります。これらについても、病気の症状であり、当人もそのために辛い思いをしているといふことを理解して対応するのがよいとされています。当人が病院に行きたがらな

い場合でも、家族だけでもどうしたらよいかを相談されるとういでしょう。

最近では拒食の期間がそれほどどなく、過食と嘔吐などが主となる神経性過食症も増えてきていますが、この場合も、過食していることで自己嫌悪が強くなることで多く、過食の衝動は非常に強く抑えがたいものであることが多いので、専門機関に相談してみることをお勧めします。

神経性食欲不振症、神経性過食症とも十代、二十代の女性に多く見られますが、それ以外の年代、男性でも起こることがあります。この場合にも、器質的な病気の有無を確認しておくことが重要です。



山中 学(やまなか まなか)

一九六五年生まれ。
一九九一年東京大学医学部卒業。
東京大学心療内科にて研修。
心療内科・神経科 赤坂クリニック院長。

香道

文学散歩(二)

お家流桂雪会理事長
熊坂久美子



いかにせん

都の春も惜しけれど

なれし東の花や散るらん

これは能の名曲熊野の中で、シテの熊野が詠んだ歌です。遠江の國の美女熊野は、平宗盛（清盛の次男）に仕えて居りました。

郷里の母が病のしらせを受け暇を願ひ出ますが宗盛は寵愛のあまり暇を許さず、反つて花見へと同行します。折からの盛りの花が村雨に

散るのを見て熊野が母を憶い詠んだこの歌を見て宗盛も哀れを催し暇を許しますと、熊野は喜びその場からすぐ東國目指して旅立つてゆく。これが世阿弥作と伝えられている謡曲熊野のあらましです。

先年雪月花それぞれの組香を私が作りました折、花のテーマにこの熊野をえらび前述の組香を致しました。

音楽家が音で、画家が絵筆で感覚を表現するように、私共は香りでテーマを表現して参ります。華やかな唐織の衣裳をまとい花の下に愁いに沈む美女には、苦味がやわらかくほのかな甘味ではかなさを感じさせる柱の新伽羅「夕紅」を。うす

熊野香 (桂乃雪 熊坂久美子組)

いかにせん都の春も惜しけれど

なれし東の花や散るらん

初櫻 二包内

村雨 試一包

宗盛 一包

熊野 一包

本香四包

待乳山 真那賀
花かや 羅國
夕櫻 真南蛮
紅 新伽羅

聞様 宗盛、熊野が二つ並んで出れば「花の宴」

宗盛、熊野の間を初櫻へだてれば「花吹雪」

宗盛、熊野の間を村雨へだてれば「散るは惜し」

宗盛、熊野の間を二つへだてれば「東路さして」

下付

皆、うれしやな、他、清水寺

無、御意変り

はなびらが散りかかる風情や村雨の雫には、駑蕩たる都の春を思わせるゆつたりとなよやかな句の真那賀、羅國を。我が世をほこる平家の公達、少しわがままで、

はまだ花見の宴の内、二人の間を初櫻や村雨が隔てれば熊野は許しを得て、東國へ旅立つてゆく有様を想定します。

でも気の良い所も多分にある宗盛には、はつきりと強目で品もあり少し甘さも含む真南蛮「櫻狩」を。「立ち出でて峯の雲花やあらぬ初桜の祇園ばやし下河原南をはるかに眺むれば」と名曲を口ずさみつつ香をえらんで居りますと眼前に櫻色の霞がたち刻を忘れます。

全部聞きあてれば「うれしやな」これは許しを得た熊野の喜びの言葉。「御意変り」は「かくて都に御供せば又もや御意の変るべき」という熊野の危惧の心を、聞きあてられなかった時の表現と致しました。

香の出される順序は、香元がよく交合せて炷き出す為予測はつきませんが、もし熊野・宗盛と続いて出れ

香が満ちた時(終りのあいさつを香満るといふ)連衆が心象風景として夕暮時の桜のあえかな色を思い起されるように香が炷ってくれますようにと願って居ります。

広場恐怖よさよさらば

海野 洋 (31歳・男性)

クリニックに来院したとき、私は、それまで五年間、他の病院で「不安神経症」として治療を受けていました。そして、毎日、ごまかしごまかし日常生活を何とか送っていましたが、恐怖場面を避けながらの生活は、自分の行動範囲をどんどん狭めていきましました。しかしそんなごまかしが、いつまでも続けて行けるはずもなく、来院の半年前には、夜も満足に眠れない状態になっていました。

ある朝、新聞を見ていた私の目に、院長先生の「パニック ディスオーダー」の記事が目にとまり、すぐその日のうちに来院しました。

診察を待つ間、やはり多くの人が新聞を見てきたのか、待合室はいっぱいでした。診察を待っているうちに今までほとんど症状に改善が見られなかったことや、ドクターバイヤーになってしまっているのではないかと、という不安がわきあがってきて、「やはり、主治医をコロナコ代えるのはよくない！」と考えて帰ろうと思いい、席を立ったとき、診察室から出てみえた院長先生にとりあえず診察を受けることを勧められました。

先生の診断は、「広場恐怖を伴うパニック ディスオーダー」というものでした。また、この病気は全く身体的なもので、脳神経の誤認識によるものだと言ふ説明を受けました。そしてそれは、精神的な個人の人格や性格とは、全く関係ない「病気」であり、それに沿った治療を施せば必ず良くなる。また、それは自律訓練法を初め、その効果が科学的に立証されたものである。(私流の解釈)と言ふ説明を受けました。しかし、実際治

療を始めても、しばらくの間は半信半疑の状態でした。言い訳をするわけではありませんが、そんな病気にかかったのが初めてなら、治った経験など私には一度もないのですから。(自分が快方に向かっていくのかどうか、確信が得られないのです！)

治療を受けて初めた最初の頃は、自律訓練もなかなかうまく行きませんでした。そんな状態の私を、院長先生と心理の先生にはしっかりとサポートしていただきました。

治療を始めて一年後には、ひとりで一週間ほどの国内旅行ができるようになるまで回復しました。その半年後、念願の海外旅行でフランスに行けるまでになりました。もちろん旅行中に何もなかったわけではありませんでした。自律訓練と薬で乗り切ることができました。実際、国内旅行の時よりも海外のほうが行ってしまった後は、楽でした。なぜなら見るもの、聞くもの初めてで、おもしろくつてしようがなかったし、気分が悪くなったときもその辺に在るカフェで水だけ注文して三十分や一時間ポーツと自律訓練をしても何も言われなかったからです。(日本の喫茶店では、そうはなかなか...)あれから三年たった今は、どこへでも問題なく出かけるようになる、日々の生活を前向きに送れるようになりました。また、一人苦しんでいた時期は、自分のために決して無駄な時間ではなかったと思っています。



● シリーズ 家族4 ●

夫婦の親密性

本シリーズの始めに、「家族」という言葉から最初に思い浮かぶ言葉やイメージとして、以前はトップに挙げられていた「絆」が、最近四〜五位に順を下げていると述べました。家族間の心のつながりが、それだけ弱まってきているようで大変懸念されるのであります。家族が健全であるための最重要キーワードは、この「絆」——心のつながり——であり、更に別の言い方をすれば「親密性」だと思えます。その家族の親密性が保たれにくくなってきたいるのだとするならば、大いに問題があると思うのです。

今回は家族関係の中核となる夫婦の親密性について考えてみたいと思います。

親密性とは、相手との関わりにおいて、相互に満たされ辛さを感じ合い、更にその関係性を持続させようとする気持ち共有できている状態と考えられます。

二人の男女が結ばれ夫婦として先ず為さなければならぬのは、この親密性の確立であり、その後の夫婦にとって、この親密性の維持深化が、常に欠かせない中心課題となります。相手(夫或いは妻)に自

分が必要とされ、自分も相手が必要と感じる時、お互いがギブアンドテイクの気持ちでおれる時、夫婦は互いに親密な関係にあることを、改めて認識することになるのです。

一個の人間が様々な発達課題を自ら乗り越えていかなければならないのと同様、家族も家族としての多くの発達の課題や突発的家族危機に直面し、その解決を迫られることを覚悟しておく必要があります。そのような場合、先ず求められるのが夫婦の協力体制であり、互いに納得のいく役割認識であります。家族における夫婦の役割性は以前のよう固定したものとしてはなく、状況に応じ適宜適切に役割交代も行いながら、相互に至らない所は補い合うという夫婦間の相補性が、最近では特に強調されてきております。

子育ては妻が、家の経済の担い手は夫がという、お前任せ、貴方任せの役割認識は時代遅れであるばかりか、夫婦間のコミュニケーションを一方的なものとし、その結果家族問題への対応に柔軟性を失わせてしまうことにもなるのです。そのような夫婦に真の意味での親密性を期待するこ



フクロウ博士の智恵袋

「眠りを科学しよう(3)」

ワシのように夜何時になっても眠くならない夜型人間はフクロウ型と言っておるナ。一方、早起きドリのように朝飯前の一仕事タイプの人もみかけるナ。早起きドリ型は休みの日もいつまでも寝ることが出来ないが、フクロウ型は昼までも平気で寝ることが出来るノジャ。フクロウ型は何時に寝てもある一定時間眠ることが出来るが、早起きドリ型は早く寝るほど睡眠時間が長くなり、遅く寝るほど短くなってめざめが悪い。ジャから、早起きドリ型は、目が覚める時間がほぼ決まっているの

で、早く寝ないと体調を崩しやすい。フクロウ型は午前中はなかなかエンジンがかからず、仕事の能力のピークは体温がもっとも高くなる午後遅くなる。人さまざまだが、一般には歳をとるとともに早起きドリ型が増えると言われてる。フクロウ型は男に多く、早起きドリ型は女性に多いノジャ。早起きドリ型は几帳面な公務員に向いているが、時間に制約されない猛烈社員は難しいナ。一方フクロウ型は、時差ボケが少ないので海外旅行を扱う旅行社勤務に向いている。フクロウ型と早起き

ドリ型の性格の違いもはっきりしておるようジャナ。フクロウ型は時間に拘束されない自由な自分のリズムで生活していることになるナ。ジャからワシのようなものはどちらかという和外向的で、たとえ上司に遅刻を注意されても平気の平左を構えることが出来るノジャ。また、フクロウ型は環境に柔軟に適應できる能力を持っている。しかし、言葉を裏返せば主体性がない人間ともいえる。それに比べ、早起きドリ型は内向的で融通がきかず意志が強い人間が多いようジャ。

シリーズ 家族4
夫婦の親密性



とはとてもできないと思われ
ます。

親密性は、お互いが互いの
気持ちや思いに気付き、よく
わかっていることが大前提と
なります。その上で、相手の
こちらへの思いや期待に、ど
のように応えていくかという
応答性が問われることになる
のだと考えます。相手が自分
に何をしてほしいのか、逆に
何をしてほしいのか、逆
に何をしてほしくないのかと
らえられずして、ただ相手の
ためになるという自分の思い
込みのみで相手に働きかけて
も、相手にとってはかえって
有り難迷惑、何のプラスにも
ならないばかりか、むしろ相
手の反発を招くだけというこ
とになりかねません。

夫婦関係がこのような相手
の心に添わない一方的なもの
とならず、お互いに、心から
満たし満たされ合うことで
きる、親密な関係性を深め維
持していくためには、いつで
も適正なコミュニケーション
が為される必要があります。
ところが、近頃の家族には、
作家中島梓ではありませんが
「コミュニケーション不完全
症」とでもいうような、夫婦
間、親子間の対話や心の通い
のなさが目立ってきているよ

うに思われるのです。ある
家族心理学者は、家族病理
の根底にはコミュニケーション
の障害があると指摘してお
ります。

本来家族には、対人関係に
おけるコミュニケーション技
法の学習という、子どもの社
会化にとって欠かせない大変
重要な機能があると考えられ
ます。かかる家族機能の担い
手が親、つまり夫婦なのであ
ります。子どもはその親をモ
デルとして学び育つのです。

そのような意味からも、夫
婦は、いついかなる場合でも、
相互理解を目指すコミュニケー
ションを絶やすことなく、夫婦
としての親密性を保ち続けて
ほしいものであります。



岩館憲幸（いわたのりゆき）

一九三五年秋田生まれ。
早稲田大学文学部哲学科卒業。
心理学専修。
自衛隊中央病院精神科、航空自衛隊
岐阜病院などを経て、現在は東海女
子短期大学児童教育学科心理学コー
ス教授。なごやメンタルクリニック
心理カウンセリング担当

● 野鳥図鑑 ●



【イカルチドリ】

スズメより一回り大きく、川
の中流にすんでいます。「ピヨ
ピヨ」とすんだ声で鳴きます。
河原の小石の間に卵を産み、ヒ
ナは孵化するとすぐに歩き始め
ます。巣やヒナに外敵が近よ
ると親鳥は羽をばたつかせけがを
した真似をして相手の目をひき
つける行動をします。

撮影（財）日本野鳥の会
岐阜県支部長 大塚之穂

INFORMATION

●なごやメンタルクリニック関係図書案内

■「不安・恐怖症 パニック障害の克服」

著者：貝谷久宣
 発刊：平成8年3月
 出版社：講談社健康ライブラリー
 定価：1,300円



■「不安症の時代」

発刊：平成9年4月予定
 出版社：日本評論社
 定価：1,500円
 編著者：久保木富房(東大心療内科教授)
 樋口 輝彦(昭和大学精神科教授)
 貝谷 久宣(なごやメンタルクリニック院長)

内容：第一部

不安とは(久保木富房)
 不安の身体症状(野村忍/東大心療内科)
 不安に対する薬(樋口輝彦)
 不安の行動療法とは(坂野雄二/早大人間科学部)
 不安への対処法—認知療法(大野裕/慶應大神経科)

第二部

強迫神経症(強迫性障害)(宮岡等/昭和大精神科)
 神経質(全般性不安障害)(田島治/杏林大精神科)
 不安神経症(パニック障害)(貝谷久宣)
 対人恐怖症(社会恐怖)(貝谷久宣)
 不安は身体に現れる(転換性障害)(坂元薫/東京女子医大精神科)
 PTSD(外傷後ストレス障害)(西園文/慶應大精神科)

●アゴラ会のお知らせ

この会は、広場恐怖症(外出恐怖症、乗り物恐怖症、閉所恐怖症、人混み恐怖症)の患者さんたちが集まり、自分たちの悩みを話し合い、良くなった人からその秘訣を聞いたりします。また、自分たちの悩みを社会に認知してもらい、患者さんのための患者さんによる自助会です。みなさんふるってご参加下さい。

日時：平成9年6月15日(日)13:30より

場所：丸栄カーネーションセンター第一集会室
 名古屋市中区錦3丁目23番31号 栄町ビル11階
 TEL.(052)264-5441

	9 AM	12 AM	1 PM	8 PM
日	休		診	
月	休 診		診 療 (院長) 心理カウンセリング(八尋)	
火	心理カウンセリング(八木)		診 療 (院長)	
水	休 診		診 療 (石田)	
木	休 診		診 療 (吉田)	
金	休 診		診 療 (院長) 心理カウンセリング(岩館)	
土	診 療 (院長)		休 診	

Que Será, Será

「ケセラセラ」

発行日 平成9年4月1日

発行者 貝谷久宣
 発行所 なごやメンタルクリニック
 〒455 名古屋市中村区椿町1-16
 リクルート名古屋ビル 6F
 Tel 052-453-5251 Fax 052-453-6741
 印刷 ヨツハン株式会社
 〒501-11 岐阜市黒野南1-90
 Tel 058-293-1010
 定価 ￥500



なごや
メンタルクリニック