

千葉県てんかん支援拠点病院研修会(7/31/2021)

# 思春期から青年期のてんかん患者の 心理的支援

社会医療法人社団同仁会 木更津病院

臨床心理士 保阪玲子

# てんかん患者へ心理的支援？

薬が効いている  
からOK!

発作がなければ  
良いんじゃない？

時々発作はあるけど、  
仕事もできているし、  
薬飲んで様子を見よう

家族も協力的だし、  
発作が起きても  
家族が近くにいる  
から大丈夫！



# てんかんを持つ人の心の中を想像してみる



- 服薬(=通院)の継続。先の見えない治療。
- 発作への不安=トラウマとなっていればなおさら問題に。
- 友人たちと同じように遊びに行けない(海やプール、遊園地など)  
→二次障害的に社会的な引きこもり状態へ
- 職業選択の狭まり=運転業務は不可能・高所などの危険を伴う  
仕事は難しい、など。
- 妊娠出産への不安。

→主治医や看護師など医療スタッフにより適切に説明をされていたとしても、不安をぬぐえない人もいる。

- 家族の負担=本人の自立を妨げることにもつながりかねない。

## 思春期・青年期の特徴

### 思春期

- 身体の第二次性徴の始まりから終わりまでの時期
- 性差が現れるとともに、就労に必要な体力などが獲得されるなど身体的な成熟が図られる。
- 身体的に成熟していくことで自分の性役割を受け入れる→「結婚」「親になること」へも影響。

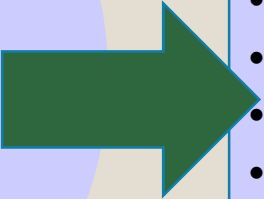
### 青年期

- 思春期に続く心理的成長と社会的自立の時期
- 心理的、情緒的に不安定な比較的長い時期を経て安定に向かう。
- 社会的な変化に伴い、30歳ごろまでの期間を青年期と呼ぶようになってきている。  
→家族や友人との良い関係が適切な自己イメージを育て、アイデンティティの確立にも大きく影響する。

身体的な成熟と、心理的、社会的成熟は必ずしも並行しているわけではない。個人差も大きい。

## 思春期・青年期の発達課題

身体的成熟  
社会からの文化的要請  
個人の価値観



- 同年代の異性、同性両者との洗練された新しい関係
- 自己の身体構造を理解し、自分の性役割を理解する。
- 両親や他の大人からの情緒的自立
- 経済的独立に関する自信の確立
- 職業選択およびその準備
- 結婚、家庭生活への準備
- 市民的資質に必要な知的技能と観念の発達
- 社会的に責任ある行動を求め、かつ成し遂げること。
- 自分なりの価値観を持つこと

まとめ

## てんかんを抱える人への心理的援助

- 「てんかん」と診断されること...  
“一生付き合っていかなければいけない疾患”をもつことの衝撃。
- 「てんかん」をもつが故にできないことがある辛さ、苦しさ、悔しさ。
- 長期にわたり服薬をすることになることへの不安。
- 発作を起こした時の姿を見られることへの恥ずかしさ。
- 制約があることで、心理発達が阻害される可能性が高まる。  
そのために二次的に他の精神疾患を併発するリスクも高まる。

一見、精神的な課題が日常臨床の中で浮上していないケースも多い

⇒治療者は「発作」を抑える治療を行うだけでなく、「てんかん」をもつことによる葛藤や不安、生きづらさがあることを理解した上で関わりを持つことが必要ではないだろうか。(≠励まし)

⇒女性には、「妊娠・出産」という女性ならではのライフイベントがある。服薬や発作の不安を感じながら、このような大きなライフイベントを乗り切ることの大変さを治療者は心理学的な面でも理解しておくことが重要。



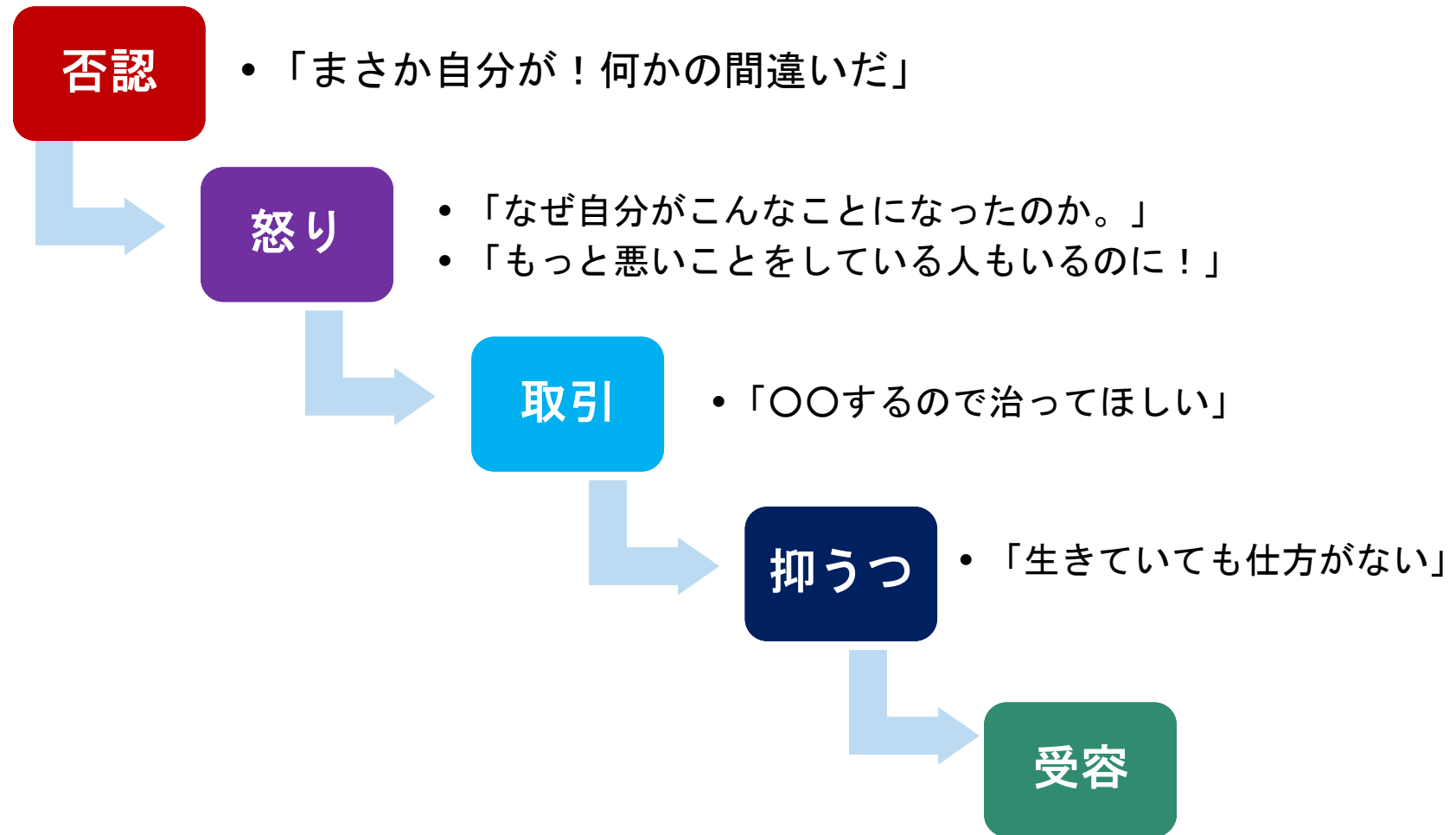
## 思春期・青年期のてんかん患者への心理的支援

- 治療者やてんかんを持つ患者へ関わる人たちが思春期・青年期の心理的特性についての知識を持つことの重要性

思春期（大人ではなく、子どもでもない時期）＝疾風怒濤の時期  
青年期＝アイデンティティ確立の時期

- 家族や学校関係者などがてんかんについての正確な知識を持つこと。その中で患者本人が自分の病気の特徴を知っていくこと。
- 親や教師、医師など周囲の大人たちと、てんかんという疾病についてきちんと話し合うこと。
- 「てんかん」との共存＝疾病受容→アイデンティティ確立へとつながる。

# 慢性疾患を受け入れていく心理過程



E.キューブラー・ロス「死ぬ瞬間」より

# 「てんかん」を受け入れていく心理的過程

## 否認

- 「てんかん」になった自分を受け入れられない。
- 「何かの間違いだ！」

## 怒り

- 「なぜ自分がこんな病気にならなければいけないのか」
- 「なぜこんな体に生まれてしまったのか。」

## 取引

- 「良いことをするので治ってほしい」

## 抑うつ

- 「これだけ発作を起こしていたらまともな人生を送れない。」
- 「誰からもこの苦しみを理解されない。生きていても仕方がない」

## 受容

- 人の目に左右されず、「これが自分の人生」だと胸を張って言えるようになる。
- 「てんかん」であることに卑屈にならず、ありのままで人間関係を築ける。