

精神障害領域の支援技法及び事例の紹介

企画者・発表者：

村上元：医療法人社団楽優会 札幌なかまの杜クリニック
札幌医科大学大学院 保健医療学研究科

発表者

井上貴雄 北海道大学大学院保健科学研究院生活機能学分野，作業療法士
森元隆文 札幌医科大学保健医療学部作業療法学科，作業療法士

近年、精神科領域では退院促進，地域以降，就労支援などをキーワードに積極的なリハビリテーションが進められている。このような流れの中で，作業療法士を取り巻く環境も変化し，作業療法士が知識や技術を向上し，対象者の生活を支援するという役割を主体的に果たす行動が求められている（山根,2015）。精神科医療・福祉を取り巻く様々な環境の変化に『備える』という観点から本ワークショップでは，近年の精神科リハビリテーション領域で実践されることの多い以下の技法や介入方法の概要説明と事例紹介を行う。

1. 認知行動療法 村上元

認知行動療法は，個人の行動と認知の問題に焦点を当て，そこに含まれる行動上の問題，認知（考え方やイメージ）の問題，感情や情緒の問題，身体の問題，そして動機づけの問題を合理的に解決するために計画された構造化された治療法であり，自己理解に基づく問題解決と，セルフ・コントロールに向けた教授学習と定義されている（坂野,1995）。現在認知行動療法は，抑うつ障害や不安症の治療の第一選択であり，その効果は薬物療法と同等と考えられている（清水,2010）。当日は認知行動療法の基本的な概要やいくつかの技法と，個人面接を実施した事例について紹介する予定である。

2. 認知機能リハビリテーション 井上貴雄

精神疾患における認知機能障害は各疾患の精神症状と同等，あるいはそれ以上に患者の社会機能や社会的転帰に影響を与えることが明らかになってきている。神経認知機能障害の改善を標的とする NEAR では集中力を維持する，記憶する，すらすら話す，すばやく処理する，順序立てて考えるなど脳の基礎的な機能の改善を目指す。私の拙い経験からではあるが，認知機能は改善させるだけでなく，その機能を使用して行動の変化につなげることが重要だと感じている。当日は NEAR の介入方法，および NEAR と作業療法を介して学業復帰に至った症例について紹介する予定である。

3. 身体機能・活動への介入 森元隆文

近年では，精神障害領域の作業療法士の 50%以上が治療手段として身体運動・活動を用いている（作業療法白書,2010）。その背景には，精神障がい者における身体疾患の罹患率の高さや肥満の問題，さらには症状や健康的な生活経験の不足に起因する活動量の少なさが考えられる。一方で，精神障害領域で身体機能・活動に介入する際はその効果を心理面や生活行動の変化まで波及させるために様々な実践や工夫を重ねられていると思われる。当日はそのような工夫を考える機会となるよう，デイケアにおける身体機能・活動に対する個別介入を含んだ運動プログラムを紹介し，プログラムを経て参加の拡大に至った高齢女性の事例を紹介する予定である。

以上