

<私とメンタルヘルス>

私とメンタルヘルス

公益社団法人岐阜病院

大栗永瑞

2019年から今日に至るまでに今なお、コロナウイルスにおける影響は我々の生活を脅かしています。2年前にも同様の話題を冒頭に記載をいたしました。そのころに比べ幾分か「恐怖」「生活のしづらさ」は緩和されたと感じます。人知れず努力をされている方々のおかげであると感じています。

最近の良い話としては「スポーツ」「音楽」などこれまでは禁止や制限の大きいイベントが“復活”して、我々を大いに「泣いたり」「怒ったり」「笑ったり」など感動をさせてくれました。悪い話としては、ウクライナとロシアとの戦闘が継続している状況で「多くの方々の犠牲者」が出ていることや「元首相の殺害など報復としての殺人」など“加害者”が存在する死亡が連日ニュースで報道されます。

“加害者”は我々精神科医療や福祉の現場でも残念ながら根絶することがなく存在しています。

記憶に新しい出来事(2022年9月ごろ)として、静岡県沼津市の精神科病院「ふれあい沼津ホスピタル」で看護師らが入院患者に暴行を加えていた問題はテレビ及びインターネットのニュースでも取り上げられています。

看護職員と介護職員計4人が患者の口に粘着テープを貼ったり、患者の乗った車いすを蹴って暴言を吐いたりしていた。患者の頭を押さえ付けることもあったそうです。病棟の防犯カメラでは職員が患者に対して蹴るなどの暴力が録画されており、インタビューを受けた“加害者”は反省の意を示し「許してほしい」と発言していた。

前述の事件を見て精神科病院で働く相談員としては「信じがたい思い」と「ひょっとしたら自分たちも同じようなことをしているのではないか?」と心配になりました。「ひょっとしたら」という言葉は自分や組織の点検につながり“間違い”を“正しく”するきっかけになります。「自分は違う」「自分だけは大丈夫」という正常バイアスがあると問題をより酷くさせてしまいます。そんなことは、わかっているはずですが認めるための“勇気”がとても必要なのだと思います。

前述の静岡の事件の前に(2020年3月)神戸市西区の精神科病院「神出病院」にて同様の事件(看護師らによる患者の集団虐待暴行事件)がありました。その時にも医師、看護師などの専門職種でも話題となっていました。岐阜県行政からも通達が来ていました。静岡県の病院にもきっと通達が出来ていたと思います。院内や各職員はどのように受け止めていたのでしょうか。

さて、我々の身近な例でお伝えをすると、仕事や学校に行くに“コロナの症状があるかもしれない”“いや、風邪かもしれない”と自身の体調不良を“疲れや風邪”と思い込みたくなる。その心情として「仕事を休むと職場に迷惑をかける」「友達との遊ぶ約束があるから」「いわなければ、ばれない」と様々な思いが頭の中を駆け巡ります。最初はとても軽微で自分や社会に大きな影響を与えない「自分だけは大丈夫」が、徐々に積み重なると「自己点検」が機能を失くなり大きな問題へと発展してしまいます。コロナウイルスを例に挙げるなら直接援助やケアをしている者が利用者

さんや来客者に対して感染をさせてしまうリスクがあることは自覚していると思います。しかし、その感染させられた人が重症化して後遺症や死に至るまでを想像することは稀有なことかもしれません。しかし、可能性はあります。

インターネットを通じた情報発信の技術は目まぐるしい進歩を遂げており、病気や障害を抱えながら生活している方々が世界中の人々に対して、自分の考えや思いを伝えることが可能となった素晴らしい世の中である一方、原始的である「人を傷つけない」が実行できない不完全な世の中でもあると思います。

当たり前のこと（人を傷つけない）をするにはどうしたらいいでしょう？「ひょっとしたら」と自分を見つめなおすことが必要だと思います。誰かと話をして「当たり前」「日常」の点検をしてはどうでしょうか？点検をするためには“労力”や“勇気”が必要かもしれませんが、「どうしよう」「ばれるかもしれない」など不安や葛藤などの“心の負担”は軽減できると考えます。その積み重ねこそ、私たちが“加害者”にならない一つの方法だと思います。