

東日本大震災後のこころのケア

—大震災と原発事故のもとでの経験—

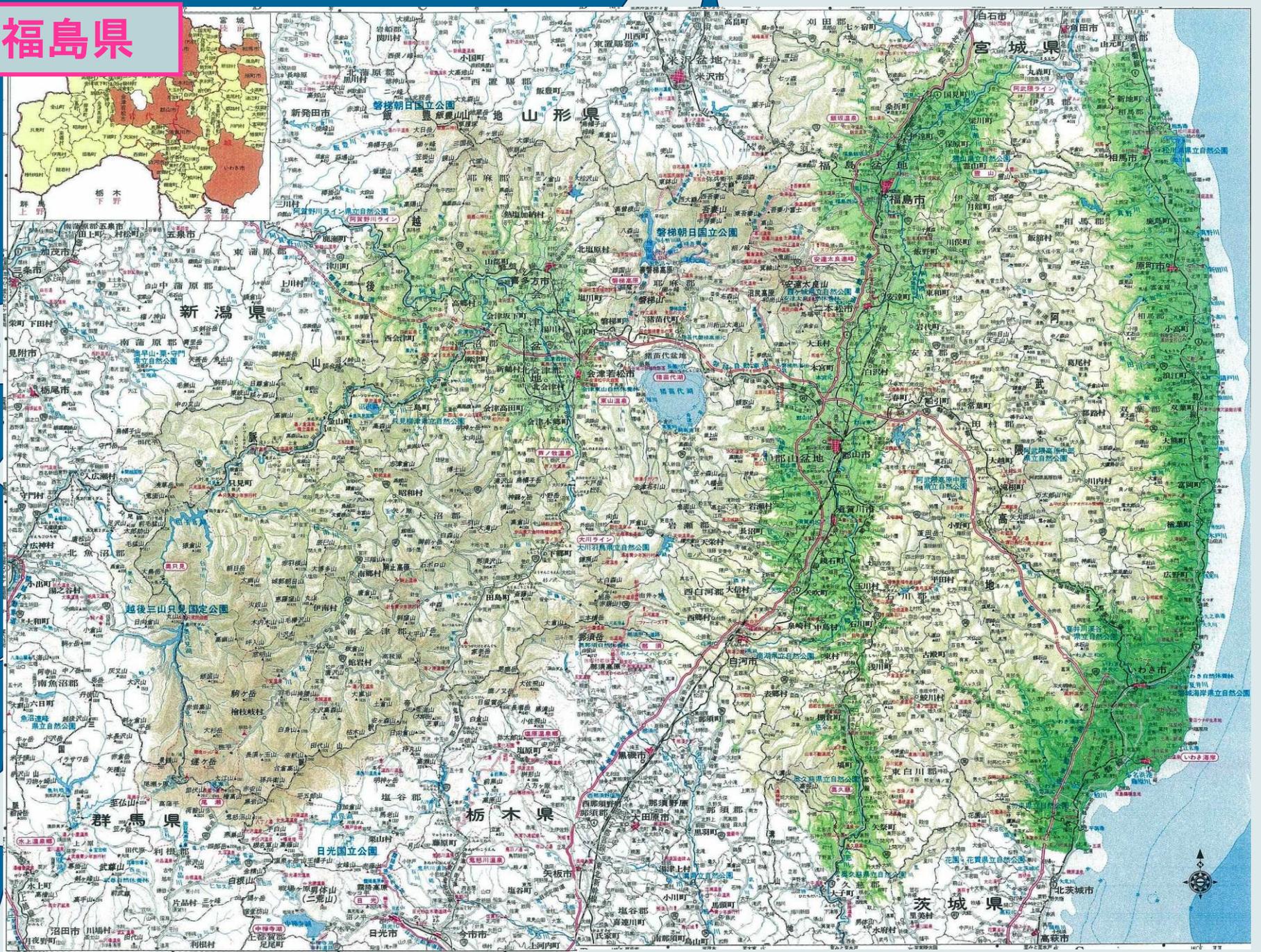
福島県立医科大学医学部神経精神医学講座

丹羽 真一

お礼

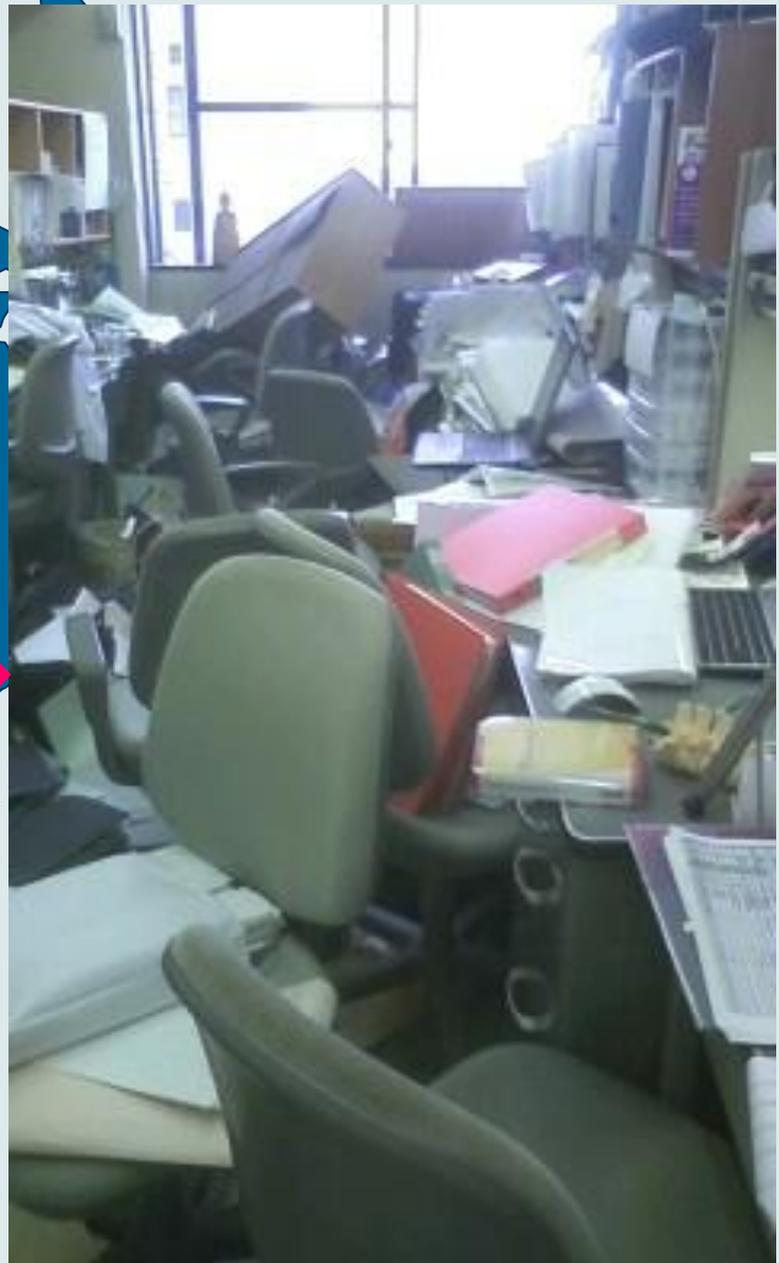
東日本大震災と、その後の福島第一原発事故による
福島県の被災者および被災・避難された精神科医療
の当事者に対する全国の精神科医療・保健従事者の
皆様からの御支援に心から感謝申し上げます。

福島県



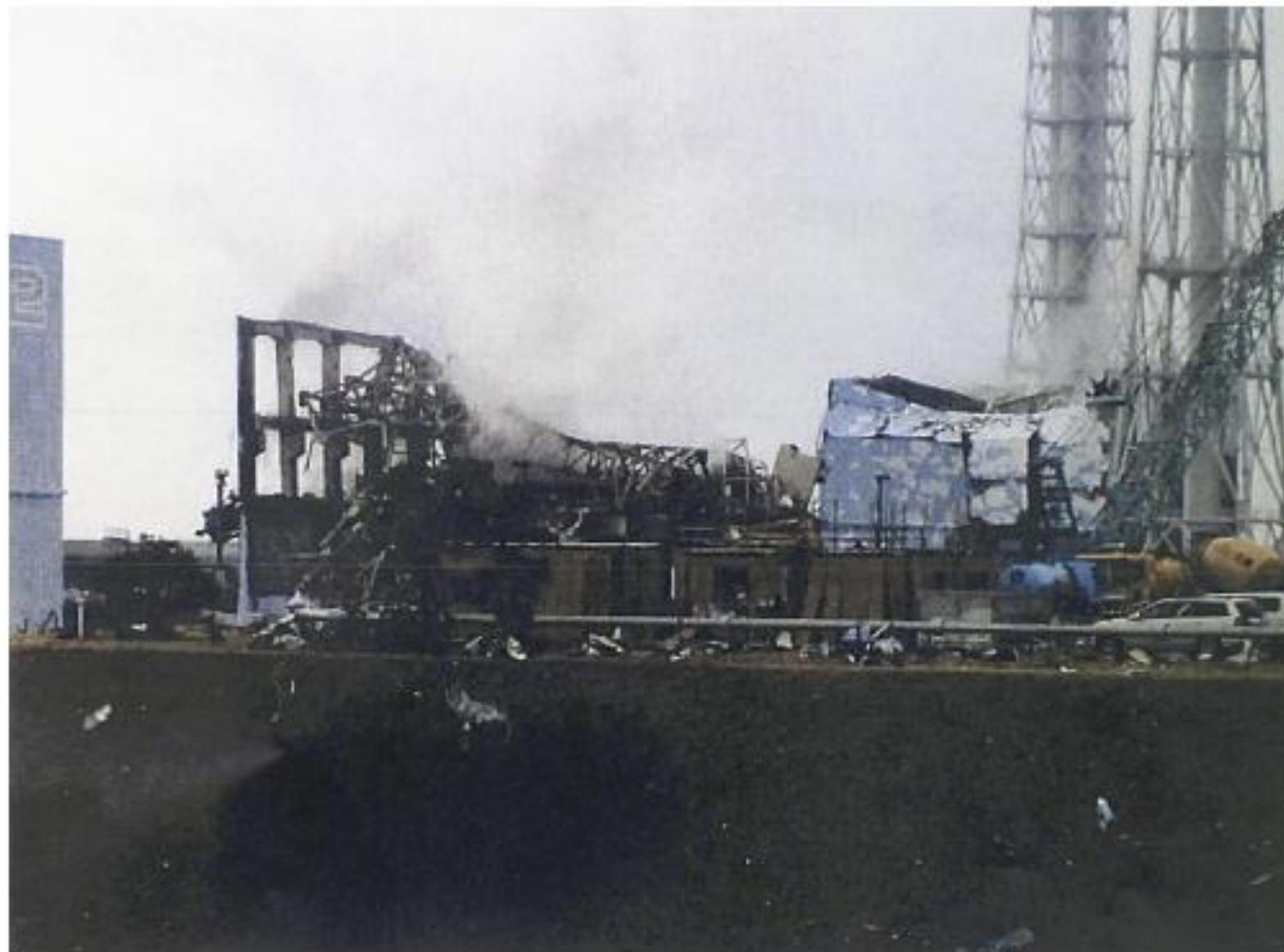
A stylized map of Japan and its surrounding regions is shown in dark blue. A large, light blue oval highlights the main islands of Japan. In the center of this oval, the text "被災の状況" is written in a bold, yellow font.

被災の状況



福島医大神経精神医学講座医局内





煙を上げる福島第一原発の3号機周辺(21日午後5時15分) = 東京電力提供



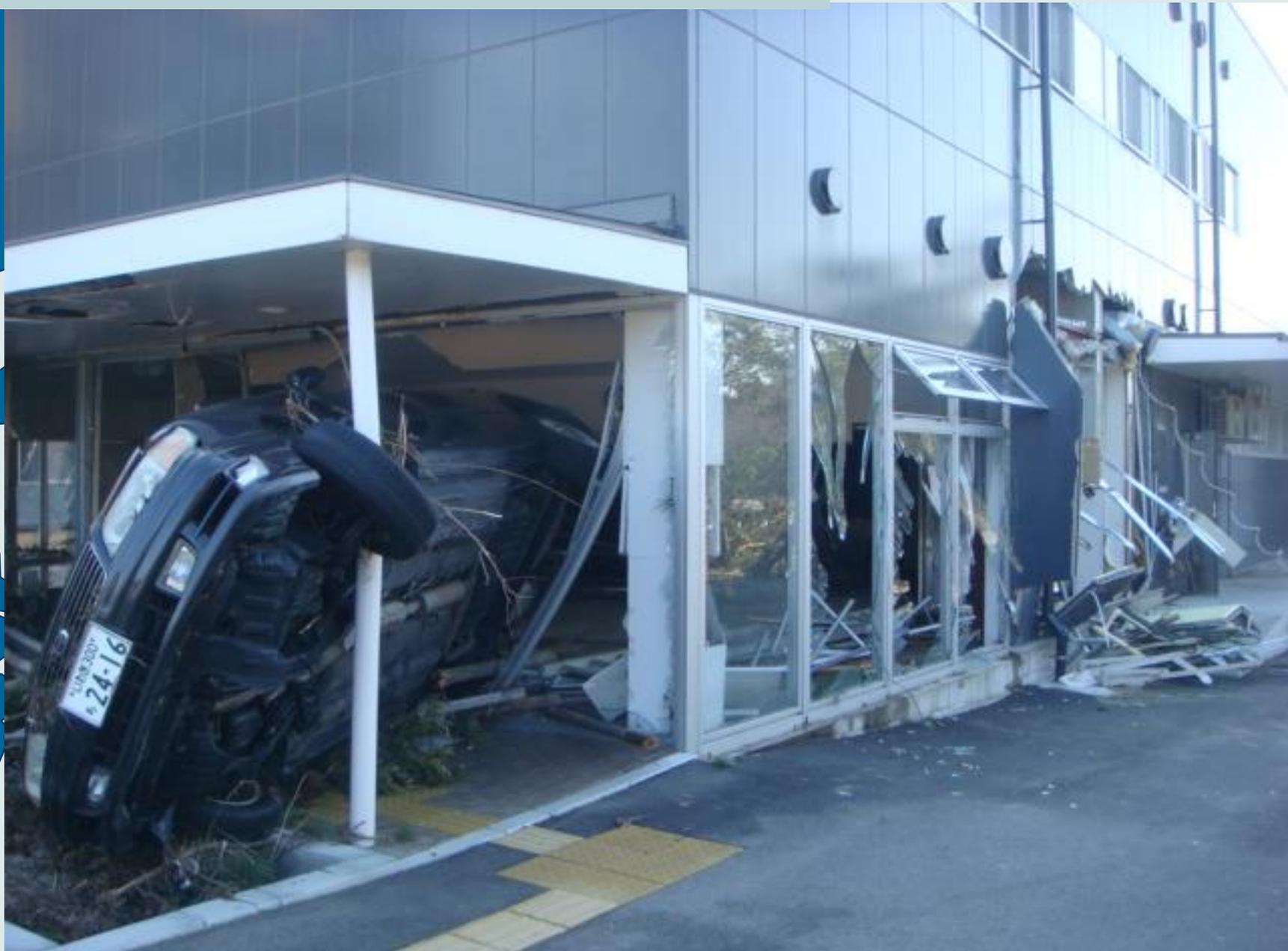
福島医大 放射能観測機

福島県内の避難所と避難者

	避難所	避難者
3月16日	403	73608
5月16日	121	7329



精神科医療システムにおきた障害の
状況

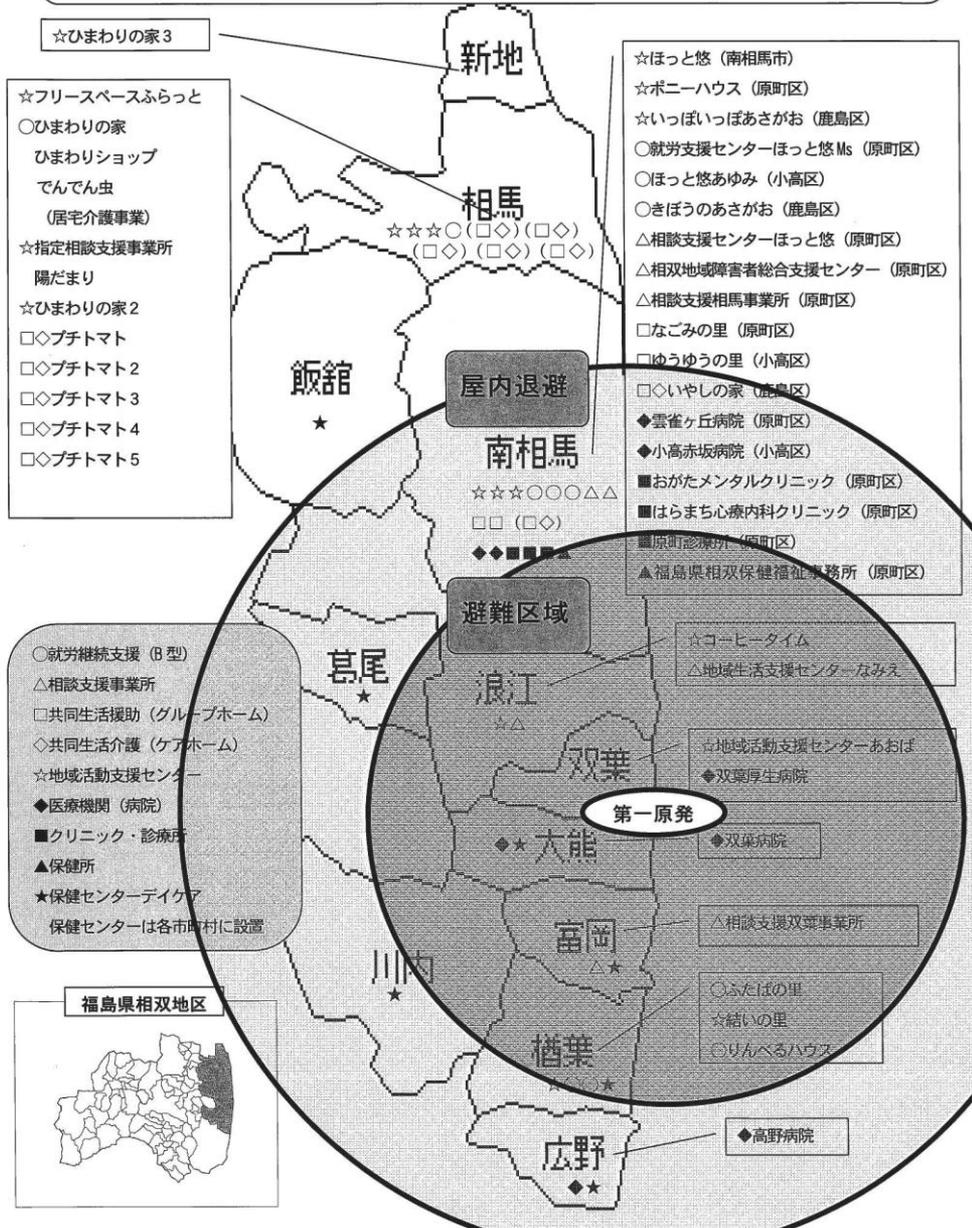


- 1 浜通り（太平洋沿岸部）の精神科病院の1つが津波の被害、 中通り（東北新幹線沿い地域）の精神科病院の2つが地震により病棟使用が不可能に。
- 2 原発事故により浜通りの精神科4病院が閉鎖を余儀なくされた（約800床）。
- 3 震災による直接的な影響（断水、停電、交通遮断など）と、原発事故による間接的な影響（物流停滞、ガソリン不足）により、震災後約1カ月は浜通りの精神科病院・クリニックを中心に休診し、また現在に至るも入院患者の県外地域・県内他院への移送と病棟縮小あるいは閉鎖を必要としている。

相双地区社会資源マップ（精神）

平成 21 年 6 月現在のマップをもとに作成

4 月 10 日現在 地域生活支援研究会 5 周年記念号より引用 作成者 米倉一磨



A map of East Asia, including parts of China, Korea, and Japan. A large, light blue oval is drawn over the region, highlighting the area of focus. The text is centered within this oval.

現在、抱えている精神科医療の課題



こころのケアチーム いわき地区へ

県災害対策本部

県精神保健福祉センター

県北

4月～他県からの心のケアチーム
に依頼 避難所

福島市

県立医大
災害対策

県北地域でのチーム編成
センター：精神科医師・保健師・CP
県：CP
医大：看護学部教員（精神・心理）

医療活動
& 保健活動

避難所

新地町

心のケアチーム

【医学部】
・神経精神医学講座

【看護学部】
・精神看護学領域
・心理学教員

相双

相双地域でのチーム編成
* 県外からの精神科医師
看護師・心理士・PSW
等
医大：精神科医師
医大：看護学部教員（精神）
相双保健福祉事務所保健師

医療活動
& 保健活動

避難所

相馬市

在宅者訪問

公立相馬総合病院臨時精神科外来

避難所

南相馬市

在宅者訪問

いわき市でのチーム編成
医大：精神科医師
医大：性差医療医師
+ 医大：看護師・CP

避難所

いわき市

診療活動： 4/11～「こころの相談室」

福島医大・こころのケアチームの活動

- 1 厚労省 — 福島県（障がい福祉課） — 県精神保健福祉センター — 福島医大 のラインで
浜通り（太平洋沿岸部）を担当。
- 2 3月18日からいわき市と相馬市にて活動。
- 3 全国からの機関・個人による支援を受け、全ての方に福島医大・こころのケアチームとして活動頂いた。
さわ病院、国立精神神経医療研究センター、松沢病院、成増厚生病院、独協医大、九大、昭和大、横浜市大、医科歯科大、東京医大、長崎大、栃木県、茨城県、群馬県、石川県、福井県、滋賀県、長崎県、東京都
多数の個人
- 4 避難所回り、自宅訪問、公立相馬総合病院の臨時精神科外来での診療、乳幼児健診など
- 5 消防隊員、警察官などの健診

【福島医大こころのケア・チームの活動内容】

①避難所 40～60カ所の巡回と支援者のケア

被災者全般&精神科患者さんへのケア

1日に各チームが各避難所3～5カ所巡回。

フォローケースは週1回再度面接。

⇒ 『医療機関の機能回復までのつなぎ役』

②保健所への個別相談 入院ケースに対応

【活動内容 続き】

③在宅支援

措置入院歴のある患者や保健所が経過を見ていたり、訪問時、気になるケースは早期に在宅訪問。

⇒再燃予防。

④保育園 幼稚園 8か所 子供たちと親、先生へのケア⇒小児科医と講演、集団及び個別相談

⇒ほとんどが子供の異常行動や被爆に対する不安。ニーズが非常に高い

⑤保健所での乳児健診の際に兄弟・母へのケア

⇒気になるケースは別室で個別面接

ケース① 措置ケース 初日失敗例

40代女性。以前より自閉傾向だった患者が水と食料を求め避難所に避難するも、他の被災者に対し暴言あり。巡回時、病的体験が活発で入院加療が必要だが、震災1週間の段階では病院機能は震災・津波・原発の影響で麻痺し入院先見つからず。やむなく頓服使用と処方調整、受診可能病院への紹介にとどまった。その晩に被災者に暴力行為あり措置入院。

⇒災害直後の環境調整、受診の難しさを痛感

ケース② 在宅訪問で成功した例

50代男性。過去に措置入院歴あり。自閉傾向強く、易怒性認め訪問も拒否的であると地区センター保健師より連絡。前情報で水や物資の調達が十分にできていないと。震災後10日目に食糧と水、処方薬を持参し訪問。生活に対する不安が強かったようで、信頼関係の構築を行い定期訪問の約束を行い処方開始。翌週に再訪問し不眠、易怒性、拒絶傾向などは改善。通院継続につながられた。

ケース③ PTSD

19歳女性。保育科短大生。既往歴なし。自宅が豊間地区で津波で全壊し被災直後より避難所生活。避難所にて、地震のあった時刻頃に落ち着かず、感情失禁著明で退行することが多い。昼間から夜にかけて突然泣きだし母に抱きつくことが多い。余震の度に津波の映像が浮かび、恐怖で体を震わせ、自宅近くにも足を運べず。明らかに生活支障をきたしている状況。被災1か月後の余震でさらに状態は悪化。毎週ケアチームが介入し、親友の力も借り訪問してもらいできるだけ通常生活に戻れるように学校も再開。少しずつではあるが改善傾向。
⇒これほどまでに親や友人による安心感の提供が有効であると実感した例はなかった。

ケース④ 支援者へのケア成功例

支援者となっている中学校教員へのこころのケア開始。管理職を筆頭に不眠不休で学校に泊り込みで被災者へ対応。3月末段階で成績表もつけられない現状。急性ストレス反応、燃え尽き症候群を呈する者が大半で緊急性も高いと判断。業務改善を行う為に、管理職に対して、休養日を必ず設置し全員が必ず休める環境設定を助言。ただちに休暇日を設置しストレス反応は顕著に改善。以後もフォロー中。

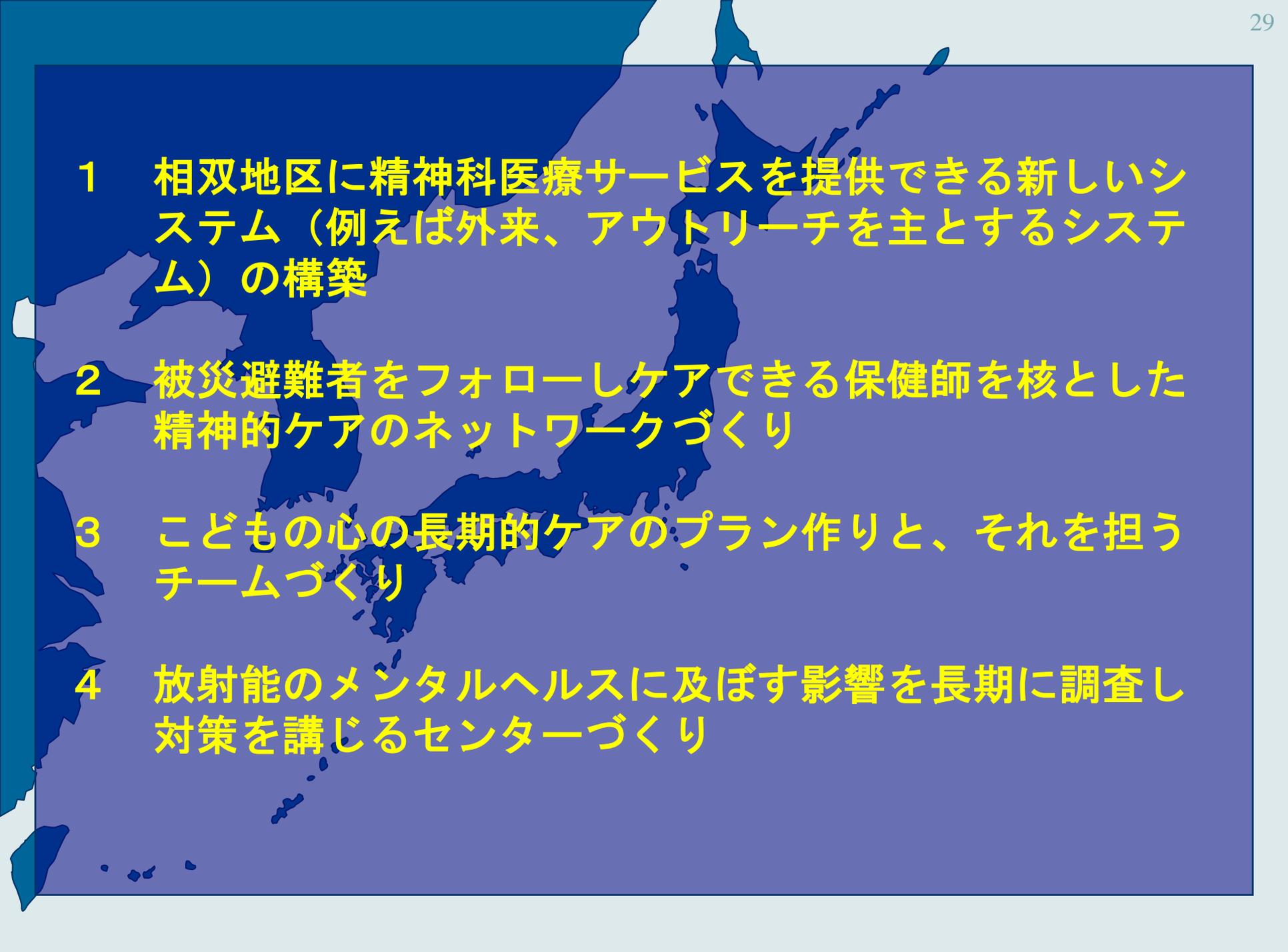
放射能被ばくに関連する精神的問題について

- ・ 原発から離れた地域の方が不安を口にする人が多い傾向
- ・ 放射能恐怖で受診する人は少ない印象
- ・ 放射能被ばくからくる生活の不安が精神的問題につながる可能性

- 1 いわき市（浜通）の精神科病院の機能回復
- 2 相双地区（浜通り北部）の4病院閉鎖を受けての新しい精神科医療サービスシステムの構築
- 3 被災避難者の継続的なこころのケア（PTSD、アルコール、うつ）
- 4 地震、津波がこどもの心を与えた影響、原発事故によるこどもの行動制限がこどもの心を与える影響のケア
- 5 放射能被ばくへの不安に対するケア
- 6 消防隊員、警察官など捜索・救助者のメンタルヘルスを保つ

A map of East Asia, including parts of China, Korea, and Japan, is shown in a dark blue color. A large, light purple oval is superimposed over the map, covering the Korean Peninsula, the Sea of Japan, and the Japanese archipelago. The Japanese text "解決の方向性" (Direction of Solution) is written in a bold, yellow font across the center of the purple oval.

解決の方向性

- 
- A faint map of Japan is visible in the background of the slide, showing the main islands and surrounding waters.
- 1 相双地区に精神科医療サービスを提供できる新しいシステム（例えば外来、アウトリーチを主とするシステム）の構築
 - 2 被災避難者をフォローしケアできる保健師を核とした精神的ケアのネットワークづくり
 - 3 こどもの心の長期的ケアのプラン作りと、それを担うチームづくり
 - 4 放射能のメンタルヘルスに及ぼす影響を長期に調査し対策を講じるセンターづくり



地震、原発事故に伴って起きた
受療者の状況

Table 1

Case	Age	Sex	Diagnosis	Changes before and after earthquake
1	70	F	Schizophrenia	No change
2	17	F	Schizophrenia	No change
3	63	F	Schizophrenia	No change
4	60	M	Schizophrenia	No change
5	18	M	Schizophrenia	Slight improvement
6	40	F	Schizophrenia	No change
7	40	M	Bipolar IDisorder (manic state)	No change
8	69	M	Bipolar IDisorder (manic state)	No change
9	75	F	Depression, Anxiety Disorder	Increased anxiety
10	53	M	Depression, Anxiety Disorder	Increased anxiety
11	49	F	Depression	No change
12	54	M	Depression	Increased volition, tended to improve
13	50	M	Depression	No change
14	20	M	Depression	No change

Table 1

15	61	M	Alzheimer Type Dementia	No change
16	80	M	Alzheimer Type Dementia	No change
17	54	F	Parkinson Disease	Increased anxiety
18	61	M	Parkinson Disease	No change
19	50	F	Anorexia Nervosa	No change
20	14	F	Anorexia Nervosa	Marked improvement
21	35	F	Anorexia Nervosa, Avoidant Personality Disorder	Increased anxiety
22	18	M	Asperger's Disorder	No change
23	28	M	Pervasive Developmental Disorder	No change
24	15	M	Asperger's Disorder	Worsening irritability
25	13	M	Vocal Tic Disorder	No change
26	35	F	Adjustment Disorder (Depressive state)	No change
27	37	F	Alcoholism, Borderline Personality Disorder	Increased anxiety
28	58	F	Mental Retardation	No change

Table 2

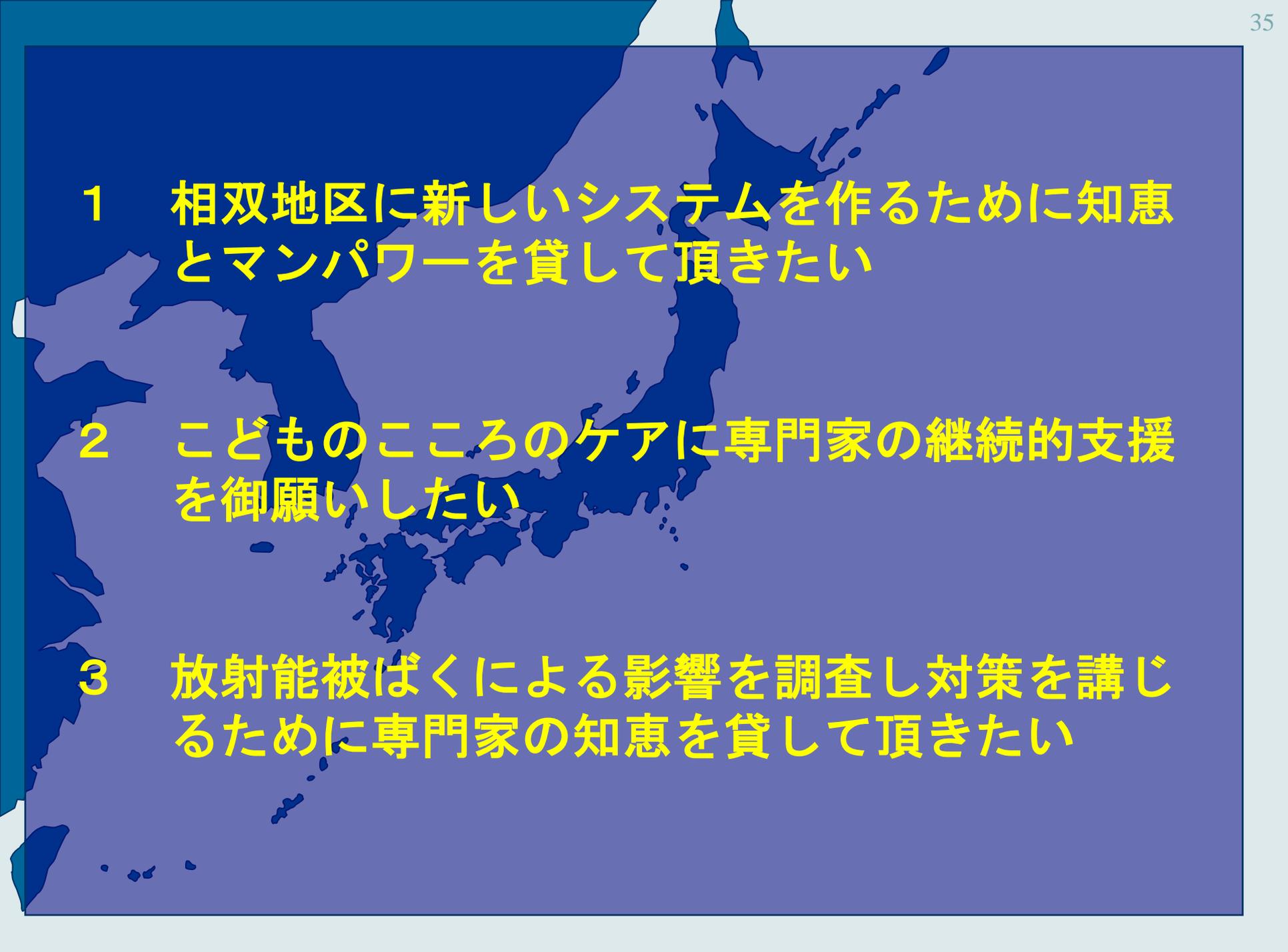
Case	Age	Sex	Diagnosis	Day of admission
29	34	M	Acute Stress Disorder	Day 4
30	63	M	Bipolar I Disorder (manic state)	Day 7
31	61	F	Schizophrenia	Day 9
32	39	M	Depression	Day 10
33	56	F	Dissociative Disorder	Day 12
34	66	M	Bipolar I Disorder (mixed state)	Day 13
35	25	F	Adjustment Disorder (Depressive state)	Day 17
36	53	F	Brief Psychotic Disorder	Day 25
37	52	M	Bipolar I Disorder (manic state)	Day 25

Table 3

Case	Age	Sex	Diagnosis	Day of admission
38	26	M	Bipolar I Disorder (manic state)	Day 3
39	21	F	Schizophrenia	Day 7
40	51	M	Bipolar I Disorder (manic state)	Day 11
41	41	M	Alcoholism	Day 14



望みたいこと

- 
- 1 相双地区に新しいシステムを作るために知恵とマンパワーを貸して頂きたい
 - 2 こどものこころのケアに専門家の継続的支援を御願ひしたい
 - 3 放射能被ばくによる影響を調査し対策を講じるために専門家の知恵を貸して頂きたい