



# オレンジ通信

h26年度 第3号

みなさんこんにちは、体調お変わりなくお過ごしでしょうか。  
前回のオレンジ通信では「統合失調症患者様を支える家族の方へ」  
患者様とのかかわり方をお伝えしました。  
病気についての理解が深まれば良いかかわりが出来ると思います。  
今回は統合失調症の病気の経過についてまとめてみました。

統合失調症は病気の経過により、前兆期・急性期・休息期(消耗期)・回復期にわけられます。  
それぞれの病期で特徴的な症状が認められます。

- 睡眠障害聴覚過敏
- 焦りの気持ち
- 気分の変わりやすさ

## 前駆期

### 前兆となる自覚症状が発現

とくに目立った症状はありませんが、何となく変だ  
と感じるようになります。眠れなかったりイライラし  
たり集中力が低下するなどの症状が続きます。

- ◎過労、睡眠不足に注意

- 疑い深さ睡眠障害
- 幻聴・妄想

## 急性期

### 思考の混乱や興奮などの激しい症状が発現

幻覚や妄想など不思議な体験をします。自分の中  
で何かが変だを感じながらも、自分が病気だと思  
えず、他人から見ておかしい行動をすることが  
あります。また、周りの出来事に敏感になり、  
不安や緊張を強く感じます。

- ◎睡眠・休息・安心感  
が大切

- 過度の眠気・倦怠  
感・無気力感
- ひきこもり  
過度の甘え

## 消耗期

### 急性期の症状で消耗した エネルギーを蓄える時期

幻聴や妄想などの目立った症状は少なくなります  
が、元気が無くなったりやる気が起こらなくなっ  
たりします。薬を飲み続けながら、ゆっくりと十分  
に休むことが必要です。

- ◎数カ月単位の休息
- ◎規則正しい生活・焦らず  
無理せず

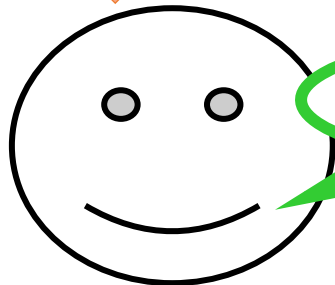
- ゆとり感増大
- 周囲への関心の  
増加

## 回復期

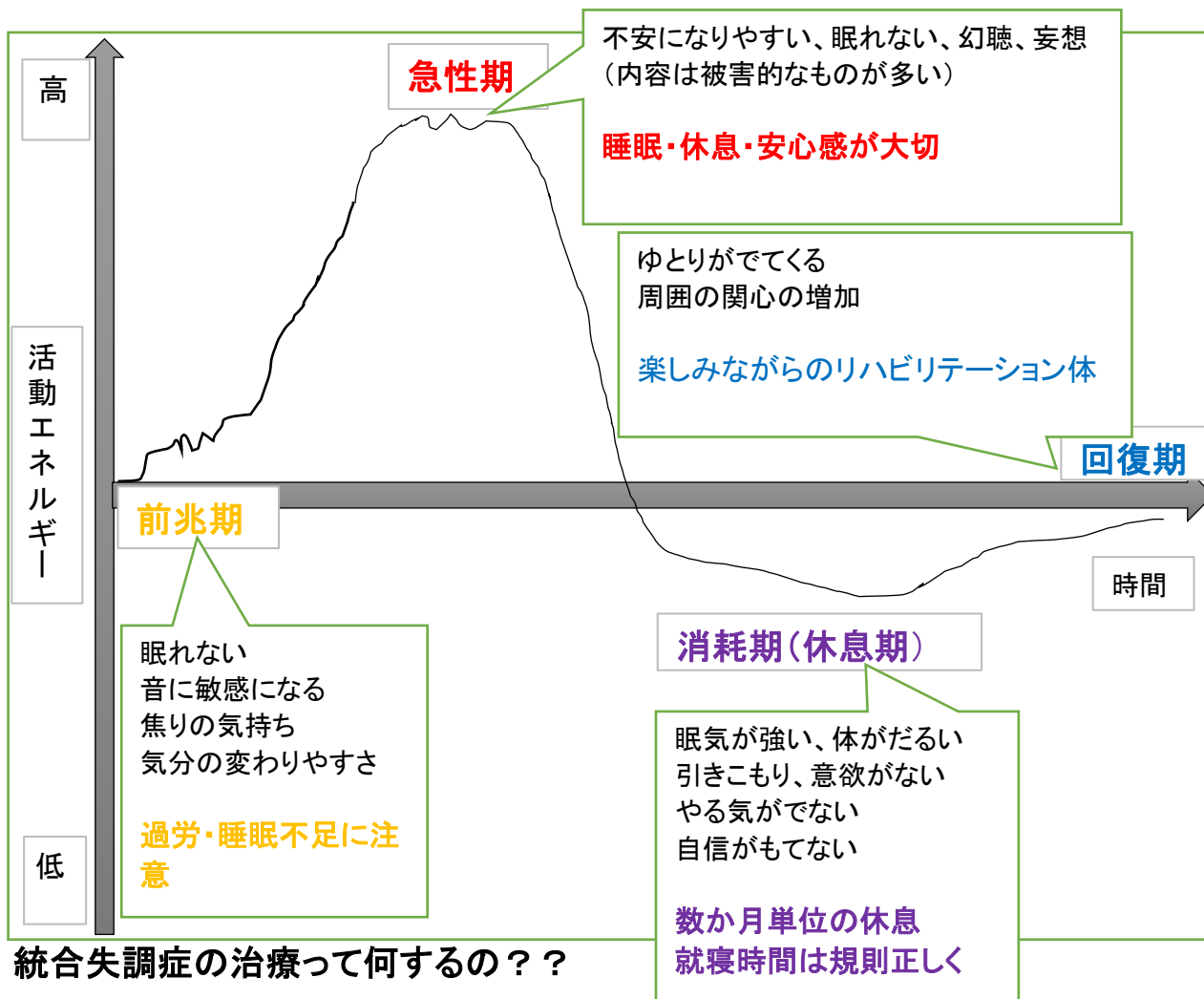
### 回復期

少しずつ元気が出て、心も体も安定していきます。  
あせらず、ゆっくりと生活の範囲を広げて行きま  
しょう。また、再発予防のために薬を忘れずに飲む  
ことが大切です。

- ◎楽しみながらリハビリ
- ◎体力づくりも大切



安定した生活へ



### 統合失調症の治療って何をするの??

薬物療法を中心に精神療法やリハビリテーションを行います。

**薬物療法とは**・・・ オレンジ通信のH26年3月号を参照して下さい。  
(無い方は、スタッフに申し出てください)

**精神療法とは**・・・ 患者さんの心の安定をはかるための心理・精神的なサポート。医師との面接を通して自分の症状や病気に対する理解を深めることができます。

**リハビリとは**・・・ 対人関係やストレスへの対処法を学び、日常生活や社会生活への適応力を回復させるためにプログラム。急性期の激しい症状が落ち着いた後に、患者さんの回復過程に応じて行われます。  
例: デイケアや生活機能訓練など

### 再発を予防するためには?

**回復を焦らない・焦らせない  
自己判断で服薬をやめないこと  
定期的に通院しましょう**

再発を防ぐことで、患者さんの3/4は、発症前と同じような生活ができるまでに回復します。  
※軽度な症状が残る場合もあります。