

# Doctor & Patient Communication

## テーマ 短時間の外来診療における 軽症・複雑性PTSDへの 対応

原田メンタルクリニック院長／東京認知行動療法研究所

原田 誠一

過去に、親からの心理的・身体的虐待、学校でのいじめ体験があり、職場でパワーハラスメント（パワハラ）を受けて抑うつ状態を呈した会社員の場合

20歳代後半の男性会社員のAさんは、幼少時に父親から心理的・身体的虐待を受け、小学校高学年のときに同級生から持ち物を壊され、仲間外れにされるといういじめ被害にもあいました。大学卒業後B社に入社し、当初適応は良かったのですが、異動で本人の人格・能力を人前であからさまに否定する上司のもとに配属となり、うつ状態を呈しました。C精神科病院を受診し、うつ病の診断で薬物療法がはじまり病休に入りましたが、改善しないため紹介受診した場面です。

### 対話例



医師

今一番困っているのは、どんなことですか。



Aさん

休職しているのですが、会社で上司から叱責や全否定をされてつらかった場面が頻繁に生々しく浮かんで苦しくなります。足元から突然黒い手が出てきて、泥の中に引きずり込まれるような感じで、胸が重苦しく不快になりひどく落ち込みます。



それは、おつらいですね。会社でのパワハラ被害にまつわるフラッシュバックがあるのですね。（このあと現病歴・生活歴を聴取したうえで）こうした体験に関する、精神医学的なご説明をしていいですか。



是非、お願いします。



人間の存在の基盤にある安心感、自尊心に深い傷が刻印されると、複雑性外傷記憶が形成されます。普段は心身とも落ち着いた状態にありますが（友好・安心モード）、トラウマ記憶が活性化すると急激に気分・体調が悪くなって、外傷経験のフラッシュバックが生じることがあります（敵対・混乱モード）。

Aさんの場合、親からの虐待、いじめ体験で外傷記憶が形成され、職場でのパワハラ被害でトラウマ記憶が活性化しやすくなっているのですね。ご自身の体験と照らし合わせて、この説明内容に思い当たるところがありますか。



よくわかります、ピッタリ合っています。



やはりそうですね。Aさんの体験に対して精神医療では、①認知行動療法、②漢方処方や整体・気功という治療手段があります。これから具体的に説明して、解説文をお渡ししますね。