

# はじめに

本当に、お待たせいたしました！二〇〇六年九月に『教師とスクールカウンセラーのためのやさしい精神医学』―LD・広汎性発達障害・ADHD編』が発行されて以来、「第二巻は、いつ出るんだ！」とのお声を、たくさん頂戴しておりました。その間、『月刊学校教育相談』誌の連載「先生のためのやさしい精神医学」のほうはどんどん先に進み（現在も継続中）、原稿量は結構たまっていたのですが、二〇〇六年三月号から二〇〇八年六月号までで一冊にまとめようと決まっていたのが二〇〇八年末。それから編集作業が開始され、著者校正やらなんやらと難作業が進み、そして今、ようやく、「はじめに」を書くところまで来ました！

もうすぐだ！もうすぐできるぞお！いやあ、待った待った。皆様も首を長くしてお待ちになっただらうと思いますが、本書を一番待ち望んでいたのは、実は私です！出版を一番うれしがっているのも、私でしょう！

なぜこんなにうれしいか？本シリーズが出版されることの喜びの理由は、第一巻の「はじめに」で述べました。でも、この第二巻が刊行されることの喜びは、それ以上のものがあります。

第一巻では発達障害を中心とする様々な子どもの精神障害を取り上げましたが、本巻には、精神医学が今までもっぱら扱ってきた主要な精神障害が、ほぼすべてと言ってよいほど盛り込まれています。それは薬物乱用や依存を中心とする物質関連障害であり、統合失調症を中心とする精神病性の障害であり、うつ病を中心とする気分障害、そして様々な不安障害です。連載は、DSM-IV-Rの精神障害ラインアップに沿って書き進められていますから、まずは子どもの障害、そして本巻の障害という順になっているのですが、普通、精神医学の教科書であれば、本巻の内容こそが第一巻になるはずのものです。だから、本巻を出して、「やっと私は精神医学・保健の本の第一巻を書き終えた」という気分なのです。これで私もようやく一人前の精神保健学者になった？ わかんないけど。でも、ああ、すごくうれしい！

本書は、精神医学・保健に関する啓蒙書ですので、一般の方々向けにやさしく書いたつもりですが、それでもやはり小難しい医学用語、中枢神経生理化学の話や薬学の話が出てきます。特に、同種の他書と比べると、薬の話が詳細であることが、本書の特徴の一つだろうと思います。でもたぶんその部分って、多くの方は読み飛ばしちゃうんだろうなあ。まあ、いいですけどね。もちろん、一回読んで全部理解し、覚えるなんてことは言いません。そんなの無理だし。ただ、どこに何の薬の話が書いてあったかぐらいは、一回読んで覚えておいていただければ幸いです。そして何かの拍子に思い出したときに、その部分をもう一度読み返してほしい。そして今度は、ちょっと頑張って覚えようとしてみてほしい。それでもきつとまた忘れちゃうでしょうから、忘れたら何度でも戻って、読み返してほしい。

本書が薬の話を詳しく書いているのは、もちろん意図があつてのことです。

多くの皆さんは、薬のことは医師に任せておけばいい、あるいは任せておくほうがいいとお考えだろうと思います。精神科医や心療内科医が皆「名医」であれば、それでいいとは思ふんですが、残念ながら現実を見ると、なかなかそうとは言い切れない。結構適当に（いや不適当に）薬を出していらつしやる方が、実際いらつしやるんですよねえ。不幸にもそういう医師に当たってしまった場合、われわれは自己防衛しなくてははいけません。自己防衛するためには、まず、そういう医師に当たってしまったんだということに気づかなきゃいけません。気づくためには、この場合の正しい薬は何なのか、またそれをどういふふうに飲めばいいのかについて、最低限の知識がなくちゃいけません。

自分のためだけではなく、われわれの周りには、向精神薬を飲んでいらつしやる方が実際にたくさんいらつしやるわけで、その方々を支援する際にも、やはり最低限の薬の知識は備えておいたほうがいいわけです。患者さんが、医師や薬剤師から薬のことについてきちんとした説明を受けていればいいのですが、そうでもないことが多いので、説明してあげられるなら、してあげたほうがいいに決まっています。そのために、頑張つてお勉強しましょう。

本シリーズは、DSM-IV-TRに準拠して、本書の記述の多く（診断基準のすべてと、疫学情報に関する部分の大半）は、ここから引用されています。「DSM-IV-TR」とは、“Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders, 4th edition, Text Revision”の頭文字で、日本語版のタイトルは『DSM-IV-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル 新訂版』（高橋三郎・大野裕・染矢俊幸訳、医学書院）です（“mental disorders”は「精神疾患」ではなくて「精

神障害」と訳したほうがいいかなと感じます。「疾患」は “Illness” ですから。

DSM-IV-TRはアメリカ精神医学会が出している、精神障害についての国際的な診断マニュアルです。DSM-IV-TRは、臨床実践上、決して使いやすいやいやとは言えない代物ですが、研究および教育上は、重要かつ優れた文献です。

精神医学・保健の教科書は多々出ていますが、その記述内容には、この分野の性質上、著者や編者の色が非常に濃く出てしまいます。だから読んでも、書いている人の考えはわかっただけで、「一般的にはどうなのよ？」的な感想が残るか、あるいはそうならないように、いろんな考え方を羅列しすぎているがために、「結局のところ何なのよ？」的な感想が残るかのどちらかになってしまふことが多いようです。

その点、DSM-IV-TRは、個人が書いたものではなく、アメリカ精神医学会が出しているものであり、また多くエビデンス（科学的根拠）に基づいた記述がなされています。少なくともアメリカ精神医学会での、現時点でのコンセンサスの中身がわかります。そうした理由から、この『やさしい精神医学』シリーズはDSM-IV-TRを採用しているわけですが、ただ、第一巻第一章で述べましたように、DSM-IV-TRには限界も多々あります（第一巻第一章は、「精神障害総論」みたいな章で、DSM-IV-TRに関すること以外にも、大事なことがいろいろと書かれています。もし、この第二巻を最初に手に取られた方がいらっしやったら、第一巻もお買い求めいただき、少なくともその第一章は、ぜひ目を通しておいってください）。

DSM-IV-TRは「診断マニュアル」です。だから診断基準や疫学情報については詳しく載っていますが、神経生理化学については詳しくなく、治療やかかわり方については

まったく載っていません。したがって、その部分に関しては、本書は他の文献を参考にしておりますし、特にかかわり方については、多く私の臨床経験に基づいた私の考え・やり方を述べています。

引用した文献は、文中に明記してありますが、参考文献に関しては、読みやすさを優先させ、記載しておりません。主な参考文献としては、各種の精神医学の教科書、精神医学事典のほか、『精神疾患100の仮説 改訂版』（石郷岡純編、星和書店）、『精神科薬物療法ハンドブック第3版』（井上令一・四宮滋子監訳、メディカル・サイエンス・インターナショナル）、『今日の治療薬2009』（水島裕編、南江堂）、『米国精神医学会治療ガイドライン クイックリアレンス』（佐藤光源監訳、医学書院）などです。また、今回はインターネット情報も結構使いました。この場をお借りして、参考文献として使わせていただいた書籍の著者、出版社、またホームページ作成者の方々にお礼申し上げます。

連載を本としてまとめるにあたって、だいたいは連載そのままなのですが、いくつか改訂した部分があります。特に非定型抗精神病薬に関しては、連載当時から現在の間に次々と新しい薬が開発されましたので、記述を追加しました。

本書のタイトルには、「教師とスクールカウンセラーのための」という文言が肩についています。しかし、特にこの第二巻は、ぜひそれ以外の方にも読んでいただきたいと思えます。そして、自身が不調に陥ったとき、不調に陥っている人々を支援するときに、役立っていたければ幸いです。また本書が、そのときに役立つものであることを願っています。