

3-07 地域生活支援における双極性障害者への外来作業療法の役割

○干飯 純子(OT)¹⁾²⁾, 土居 正典(MD)¹⁾, 大島 久典(OT)¹⁾, 四本 かやの(OT)²⁾

1)兵庫県立ひょうごこころの医療センター

2)神戸大学大学院 保健学研究科

Key word : 外来作業療法, 地域生活支援, (双極性障害)

【はじめに】精神障害者の地域生活支援における外来作業療法(以下, OT)の役割がますます重要となっている(香山, 2015)。今回, 外来OT介入により地域生活を継続できた症例の経過を報告し, 外来OTの意義について考察する。尚, 発表に際し症例の同意を書面で得た。

【症例紹介】症例は40歳代後半, 女性, 双極性障害。几帳面で責任感が強い。大学卒業後, 教師として働くが, 仕事のストレスから不眠や抑うつ気分を生じ, 20歳代後半から心療内科に通院開始した。40歳代に気分変動が顕著となり, うつ状態では自殺を図り, 軽躁状態では過活動, 脱抑制を認め, 主にうつ状態での入院退院を約3年間繰り返した。今回, うつ状態での過剰服薬による2か月間の入院の退院時, 地域生活支援を目的に週1回の外来OTが処方された。

【方法】外来OTは, 入院中と同じ作業療法士(以下, OTR)が担当し, 継続して週間活動記録表(以下, 表)を用い, 抑うつ症状悪化の予兆を症例が確認できるようになることを目標に, 1週間の活動と気分の関係をOTRと一緒に振り返った。症例は日中の活動と気分を5段階で活動毎に毎日書き出し, OT時に持参した。この表は週2回の就労継続支援B型や訪問看護の支援者にも見せるよう促した。

評価は, 機能の全体的評定(以下, GAF), 簡易精神症状評価尺度(以下, BPRS)を用いた。

【結果】外来OT開始当初, 「思った以上に大変な1週間で疲れた」, 「出来ないことに目が向いてしんどい」と否定的発言が目立った。表には活動が詰め込まれ, 悪い気分状態が目立った。退院後10日頃「やけくその気持ち」での過剰服薬を打ち明けた。OTRは症例の訴えを受容し, 活動量を減らすよう再度アドバイスし, 他の支援者への表の閲覧と現状態の共有を勧め, 活動と気分の関係の振り返りを継続した。その結果, 外来OT約2か月後には「予定が詰まっている

と疲れが出る」と活動と気分の関係に気付くようになった。また, 一人でリラックスして過ごせる作業をOT中に探索し, 好みの作業を見出した。名文の転記やアイロンビーズを家で行うようになり, 「自分を大切に思うようになった」, 「今は自分もなんとか生活できてるって思える」と肯定的発言が認められた。

退院時と2か月後でGAFは60点から65点に, BPRSは24点から21点に改善した。薬物量(CP換算値)は490mgで変化はなかった。

【考察】症例は, 軽躁状態と激しいうつ状態を繰り返す双極Ⅱ型障害と推測され, 地域生活継続の為にはうつ状態に陥らない支援が必要と考えた。そこで, 症例の生活を見えるよう表にし, 症例と共有し, 抑うつ症状悪化の予兆, すなわち過活動から疲労し抑うつが重症化するという傾向の把握, 予兆に対する適切な対処行動を指示・支援した。その結果, 症例は少しずつ自分の活動量と気分の関係を理解し, 活動量を修正し, 気分を調整でき始めた。これは, 症例の病態をよく理解し, 信頼関係のある入院中からの担当OTRが継続支援したことと, 症例が生活をモニタリングするツールとして表の使用に習熟していたことが大きな要因であったと考える。また, 他の支援者も表の閲覧により症例の状態を確認し, 生活の管理を支えた可能性もある。今回, 精神症状が改善したのは, この一連の取り組みを通して症例が自身の生活を管理することで自信を回復したからかもしれない。

退院時に開始する外来OTは, 入院中に対象者と共に十分な準備を行い, 継続して担当し, 対象者が退院後の新たな生活ペースをつかむ過程を支えることが重要であると考えられる。