

精神科在宅ケアについて

帯広市医師会
おおえメンタルクリニックゆう

桶田 昌平

昨今、地域包括ケアシステムが話題になるようになり、精神科在宅ケアがより一層脚光を浴びるようになりました。私が精神科医になった35年前は、精神科の治療も患者の対応も入院医療中心でした。精神科在宅ケアについて学ぶ機会もなく、また深く考えることもありませんでした。

その後も、精神科では、他科とは違い、具体的に議論がなされないまま、本来精神科リハビリテーションは地域生活中心の思考パターンで造られるものですが、入院中心の思考パターンから抜け出すことができず、在宅ケアの在り方も具体的に提示できない状況が続きました。

平成15年わが国において、精神科在宅ケアの一つであるACT（包括型地域生活支援プログラム）が初めて立ち上がりました。私は平成16年ACTに出会い、平成18年北海道立緑ヶ丘病院附属音更リハビリテーションセンター内にACTを開始しています。ACTは、重い精神障害を持つ人々で、デイケア、作業所などの既存のサービスでは地域生活の維持が困難で孤立した人々を対象にし、「その人たちができるだけ質の高い安定し自立した生活を、地域で送り続けられるようになること」という目標を掲げています。

平成16年厚生労働省は「精神保健医療福祉の改革ビジョン」として「国民意識の変革」「精神医療体系の再編」「地域生活支援体系の再編」「精神保健医療福祉施策の基盤強化」という旗を揚げ、「入院医療中心から地域生活中心へ」という精神保健福祉政策の基本的方策の実現を推し進めていくことになりました。この時、国は、デイケア、作業所などの社会資源を構築しましたが、在宅に直接支援するような重度の精神障害へのサポートシステムの具体的な提示には至りませんでした。

平成26年医療介護総合確保推進法が成立し、ようやく地域包括ケアシステムの構築を推進されることになりました。地域包括ケアシステムにおいて在宅医療とは、島崎謙治によると「患者の生き方に関する意思や選択を尊重し、住み慣れた居宅において、他者との関係性をもって生活を送ることを支える医療であると定義できる」とあります。そのためには切れ目のない連携のもと「24時間365日『生活を支える』サービス提供体制が確保できなければならない」と指摘しています。

ACT（包括型地域生活支援プログラム）は、医

療・保健・福祉・就労を含めた包括的なサービスを24時間体制で多職種チームによる訪問を中心に展開する、点ではなく線という継続支援を行う地域社会資源のプログラムで、地域包括ケアシステムにおいても在宅医療といえます。

私が精神科在宅ケアを実践し10年が経ちました。これまで大切にしてきたことは入院医療中心の視点ではなく、地域生活中心の視点で活動していくことでした。特に以下の地域生活支援の原則を重視してきました。

- ①人々はリカバリーし、生活を改善し高めることができる
- ②焦点は欠陥ではなく、個人のストレンクス（長所）である
- ③クライアントこそが支援関係の監督者である
- ④関係性が根本であり本質である
- ⑤われわれの仕事の主要な場所は地域である
- ⑥地域を資源のオアシスとしてとらえる

（ラップ, C. A. ・ゴスチャ, R. J. / 田中英樹監訳(2014)『ストレンクスモデル(第3版)』金剛出版)

また、患者と向き合うときには、疾病や症状が『いかに』起きるかと考えながら治療する入院医療のような関わりではなく、患者が『なぜ』今ここで苦しまなくてはならないのかと考えながら相手の人生と出会い、希望やニーズを掘り起こす関わりが求められます。

現在、おおえメンタルクリニックゆうにて「ACT十勝」を立ち上げ、日々、入院医療モデルと在宅ケアモデルの差異を痛感しながら活動しています。前者の特徴は、症状改善を重視する、スタッフは計画や手順に頼る、レディー・メード (ready made) の支援、薬物療法に対する強い信頼、リスクを避けるような文化等です。後者の特徴は、患者の自己決定に注目する、スタッフは計画された関わり以外に柔軟に応じ自主性を重んじる、テーラー・メード (tailor made) の支援、薬物療法と心理社会的介入を組み合わせる、新しい取り組みにチャレンジする等です。

現在、精神科医療の世界では、いまだ在宅ケアモデルに対する理解が得られない状況にあります。入院医療を中心とする医療側の見通しや目標が、実際に地域生活をしている患者自身の希望やニーズにそぐわない場面も多く見られます。今後さらに、在宅ケアモデルの周知と普及に努め、患者中心のリカバリーを進めていきたいと考えています。また重度以外の精神障害をもつ人に対しても新たな在宅サポートシステムが築かれることを願い、アウトリーチを行っていくつもりです。