

☆今回は、「拒食症」についてのお話です。

## ●拒食症とは

正式名称；神経性無食欲症

「食べない」ことで自身の存在の根底をゆがめて訴える悲痛な病気である。そして自分の姿を鏡に映して太っていると思う。

初期は、本人が元気なため周囲も気づきにくい。体が飢餓状態になるため脳内モルヒネが分泌される「ダイエットハイ」を起こし、食べなくても寝なくても平気になる。もちろん、身体衰弱が高度となれば、この活動性を発揮することは不可能となる。

死亡率は10%にも上る。

## ●原因

- 1、心身症型発症群；職場、学校、家庭などでの心身のストレスが誘因となるもの。
- 2、ダイエット型発症群；美容や健康上の理由から意図的に食事を制限して、食行動の変調をきたすもの。

## ●拒食症が及ぼすさまざまな体調変化

- ・ 長期間、栄養が身体に入っていない状態が続くと・・・

低体温、低血圧、徐脈など（甲状腺ホルモンの分泌低下より）

- ・ さらに栄養が入らないと・・・

肝機能障害、白血球、赤血球の減少、骨量の低下  
（身体の重要な臓器から栄養や水分を取るため）

- ・ 子宮にも影響が出て、将来的に不妊症にもつながる可能性もある。

## ●拒食症の早期発見、診断指針

学校健診などで得られた1～18歳の身長と体重のデータから、7本の成長曲線を作成。自分の5～6歳ごろの値から自分の成長曲線を決め、その曲線から一つ下の曲線に落ちたり、標準体重の85%以下となったりしたうえ、安静時の脈拍数が一分間に60以下の場合、医療機関で精密検査を受ける必要があるとした。（渡辺久子・慶応大講師より）

## ●治療

### ・カウセリング

患者はしばしば後悔や自暴自棄的な感情に陥りやすい。脱水や低カリウム血症などの身体症状の持続に対して、「身体の潤い」が必要であるが、同時に「心の潤い」が必要になる。

身体はまずは急な回復は求めず、現状維持でよしとする。回復はゆっくりと少しずつと考えるくらいが良い。

日常生活の質に目を向け、日常生活の中にかすかな楽しみや潤いをはぐくむことが大切となる。

### ・薬物療法

抗不安薬や抗うつ薬がよく処方される。低栄養がある場合には、栄養補給としてアミノ酸製剤や栄養剤を使うこともある。

### ・栄養指導

無理に体重をふやすことなく、出来る範囲で栄養バランスを整えることを目的としている。

### ・家族療法

個人ではなく、家族全体という視点に立って治療を進める方法である。また、過去にこだわらず、“今ここで何をすべきか”を主題とした具体的な問題に取り組む。個人としての自立をすすめる、父母は父母として、子供は子供としての世代間のけじめをつけ、本質的な問題に目を向けるようになることが治療の目的となる。