

2019 年度研究助成 研究実績報告書

代表研究者	一杉 正仁
研究テーマ	外因死者遺族への精神的健康増進に向けた効果的対応法の確立

<助成研究の要旨>

事故や事件による死、自死などの外因死では、死が予期された状態ではなく、しかも事象が急激に起こる。したがって、遺族には大きな悲嘆反応が生じるため、急性期から遺族に対する心のケアが必要である。われわれは「事故・事件・自死でご家族を亡くされた方へ 心のケア相談窓口」を設置し、電話で一元的な相談を受けられる体制を整え、平成 29 年 4 月 1 日から運用を開始している。この相談を通じて、遺族の精神・心理的状态を把握し、常に質の高いケアができるよう、効果的なケア方法について標準化を試みた。さらに、遺族に対する心のケアを行う人材育成を行うために、具体的な教育方法を構築して実践した。

心のケア相談窓口等から紹介された外因死者遺族(自死遺族を含む)に対しては、連携機関である精神保健福祉センターが専門的な心のケアを実践した。精神保健福祉センターの支援スタッフは精神保健医療福祉の知識を持った看護師、保健師、臨床心理士、精神保健福祉士、精神科医の多職種からなり、心理社会的要因をアセスメントしながら、中長期的な視点を持って関わった。事件・事故・自死に対してファーストコンタクトすることになった関係者とも、情報共有・フィードバックし、包括的な支援を続けるよう心掛けた。遺族の精神・心理的状态を分析したところ、以下の特徴が明らかになった。すなわち、①ケアが必要になる時期は急性期(死亡の直後)から亜急性期(死亡後 1~2 か月後)まで様々である、②急性期には家族の死を受け入れられず、身体的不調を伴う、③家族の死に対して自らあるいは周囲を責める、ということである。これに対して、①遺族の話を傾聴する、②悲嘆反応を理解し共感する、③遺族の希望に応じて専門職(精神科医・心理士等)による介入を行う、ことが重要であることが分かった。

人材育成に向けた教育であるが、ケアの担当者は、悲嘆反応を含めた遺族の心情を理解し、ケアに関する基本的技法を実践できることが求められる。一般に、事故や事件そのものによって生じる被害を一次被害、その後の過程で社会から受ける苦痛を二次被害と呼ぶ。これには、関係者による配慮のない言動や態度などが含まれ、悲嘆反応の増加や遷延につながる。遺族は心理状態が敏感になっているため、関わる人の言動や態度で気持ちを傷つけられる可能性がある。この点を考慮した遺族への対応が重要である。そこで、心のケアの担当者、遺族と接する可能性がある医療従事者や行政関係者に対して、遺族感情を考慮した接し方の教育と心のケアの重要性に関する講習会を行った。さらに、遺族ケアの実践訓練を、滋賀県総合防災訓練の場で行った。これは、大規模地震による多数死傷者が発生した想定で、のべ 3500 人が参加した訓練である。この中で、「検視・検案および遺族対応訓練」として、遺族対応についてのロールプレイを実施した。そして、振り返りを行うことで、遺族に対する急性期におけるケアのポイントを実習した。

以上の取り組みは、外因死者遺族の精神的健康増進につながると考えられ、日々の現場で実践されるよう啓発していきたい。