

第9回

「高次脳機能障害のリハビリテーションの目標とは」

Hi、みなさん。今回は不安に対する対応の話をしました。一種のセルフコントロール法の習得なのですが、「知る、気づく、身につける」を意識して、知識として知っていた上で実際に使ってもらいながら身につけていくことが大切なようです。この方法は高次脳機能障害のない方にも有効なので、御家族の方にも役に立ちます。実際、自分も英国に行って最初の頃は（英国は当初の生活作りが大変な国なので...）募る不安を随分こうした方法に助けられました。なるべく先を考えないようにし、少しでも運動をするようにしました（脳疲労の取り方）。何が事実かを意識し、不安は脳が作るんだと何回も自分に言い聞かせたものです。

今回は少し趣向を変えて、リハビリテーションの目標（ゴール）の話をしていきます。リハビリテーションでは多くの職種が関わるため、目標（ゴール）設定とその共有はとても重要なこととなります。高次脳機能障害の場合はどうでしょうか。高次脳機能障害では多くの因子が絡み、かつそれぞれが関連性を持ちます。ですから、単純に一つの症状の改善がゴールになりにくい状況が生じます。例えば、記憶障害のある方が記憶力だけ改善した場合、多くは自分の悪いところの記憶が残って固執が強まったりうつに陥ったりするわけです。つまり、「記憶障害を良くする」はこれだけではゴールとしては不十分だということになります。

こうしたことが背景となり、包括的全人的に対応する神経心理学的リハビリテーションでは、「identityの確立」や「well-beingの達成」がゴールとして掲げられるようになりました。ちなみにwell-beingは幸せと訳されますが、well（良い）-being（状態である）ということですね。自分も英国滞在時にこうした目標達成をしつつある患者さんに会ってきましたが、まあ皆さん暗くない。「自分らしく生きる」に近い感じかななどと思っていました。

このゴール設定の考え方はとても大切なポイントです。ただ、アイデンティティを積極的に考えるという文化がない日本では、若干（かなり？）曖昧でわかりにくい感じになってしまいますよね。日本で行うのなら少しその点をサポートしてもよいのではないかと考えています。次回は、その点に触れて参ります。（To be continued）

（See you next time! 青木 重陽）