

## 暗やみから明るいほうへ

吉田 <sup>さおり</sup>沙緒里

みなさんは、解離性障害という病気を知っていますか。解離性障害とは、思考や記憶、周囲の環境、行動、身体的なイメージなど、本来は一つのつながりとして実感されるべきものが、それぞれ分断されて経験されるようになる障害です。ある時の出来事が、ごっそりと抜けて思い出せなくなる、予期せぬ場所へ記憶がないまま行ってしまうなどの症状が見られます。日常生活や社会生活にも大きな支障をきたすようになります。発症には、幼い頃のぎゃくたいや強い外傷的ショックなど、心的な傷を残すような出来事が関わっています。そのため解離性障害においては、精神療法や心理療法が行われ、こうした治療を通して症状にうまく対処できるように調整します。

おもな解離性の種類は、「解離性遁走」— 住み慣れた家や職場から遠く離れた所へ行き、名前や家族、職業といった重要事項を思い出せなくなります。「離人感」— 自身の生活を外部から眺める者であるような感覚、あるいは自分が周囲から離脱しているような感覚を伴います。「痙攣性疾患」— 脳の電氣的活動に周期的な異常が生じることで、一時的に脳の機能障害が引き起こされます。他に、声が出なくなる、体が動かなくなる、耳が聞こえづらくなる、があります。

私の場合は、痙攣、突然声が出なくなり、両足や両手が動かなくなります。自分でも、いつ動かなくなってしまうのか、いつなおるのか、その想いが毎日私の心におおいかぶさります。声が出なくなった時や両足、両手が動かなくなった時、職員に言います。「いやだよー」「早く動いてほしい」「声出てほしい」と。でも周りの人達は「だいじょうぶ、また動くようになるから」と言います。私は思います。「簡単に言わないでよ。解離性になったことないのに」。でも時々思います。私の病気を見てつらくなったり、助けてあげたいと思ったりする人も全員ではないけれどいるようです。だから弱音は吐いちゃいけないんだなって思いました。そう思っても、どんなにがんばっても声が出なかったり体が動かない時があります。泣いて叫んで暴れます。周りを困らせてしまいます。周りには関係ない事は分かっています。でも、自分一人じゃどうする事もできないんです。「助けて下さい」と言いたい。「はずかしいなあ」それじゃあ、「つらいよ」ならどうかな？「それもはずかしい」とか、自分と自分の心の中で話しをして耐えています。でも職員さんは、けして私を見放したりはしません。私が痙攣を起こしても解離性になっても、いやな顔一つも見せず笑顔で対応してくれます。だから解離性になった時は、暗やみだけど、職員さんの笑顔や応援してくれる人達を見ると明るく居られます。

どんな病気や障害をもっている、最初はどん底や暗やみに落とされます。でも周りの人達の支えや笑顔があれば、どんなに苦しくても辛くても、病気や障害であきらめそうになっても明るい道がきっと見えてくると思います。だからどんな事もあきらめないでほしい。どんなに辛くても心を閉ざさないでほしい。そう私は思いました。