

あります。私は日本睡眠学会認定医であり、睡眠障害についての専門家です。睡眠に関する悩みがある方は受診してください。睡眠時無呼吸症候群については、必要ならば専門の睡眠クリニックを紹介しています。

#### —認知症の受診の目安を教えてください。

自分ではなかなか気がつかないのが認知症です。周りの人から見て、最近もの忘れをするようになつたとか、なにか以前とちょっと違うと感じたら受診をおすすめします。たとえばこんな方がいらっしゃいました。その方は飲食店の店主で、調理を仕事にしていたのですが、あるとき客から「最近、味が落ちた」と言われて、はじめて家族が気がつかれたのだそうです。認知症が始まっていたのですね。買い物に行つても違うものを買つてくると



#### —リエゾン精神医療について詳しく教えてください。

リエゾンというのは、フランス語で「架け橋」という意味です。リエゾン精神医療では、体の病気と心の病気の架け橋をします。つまり、体の病気をもちながら精神的な不調をきたしている患者さんを診るのがリエゾン精神医療です。私はこれまで長く総合病院で入院患者さんのリエゾン精神治療に当たつきました。でも、たとえばがんを抱えながらも働いて外で来通院している方は大勢いらっしゃいます。がんに限らず、お勤めしながらも体と心の不調に悩んでいる方はいらっしゃるはずなんですね。適切な薬を処方しながら、同時にご本人の悩みを受け止め傾聴・共感することにより、そういう方がたの応援ができるかもしれません、と思っています。リエゾン精神医療は、まだまだ一般に広く知られていませんが、緩和医療では非常に重要な位置づけをされている分野です。

#### 医療現場にこそ笑顔が必要！ 医師もスタッフも笑顔で

私は高校時代は文系クラスで、大

#### —「笑い療法士」の資格をお持ちだとか？ それはどんなものですか？

学は文学部に進もうと考えていました。そんな折にフロイトの「精神分析入门」という本を読み、とても面白いと思ったんです。それで文学部の心理学科に進み、将来はカウンセラーになろうと決めていたのですが、高校3年生の時に知り合いのカウンセラーの方に「精神科医になった方がいいな」と思っています。リエゾン精神医療は、まだまだ一般に広く知られていませんが、緩和医療では非常に重要な位置づけをされている分野です。

娘さんが認知症の親御さんを伴つて来院されるというケースが多いのですが、娘さんから親御さんの様子をうかがったり、愚痴を聞いたりすることもあります。もし認知症の患者さんを抱えて精神的なストレスを感じているご家族の方がいらっしゃったら、どうぞ遠慮なく来院してください。少しでも心が軽くなるようお手伝いをいたします。また日本人で一番、睡眠時間が短いのがこれくらいの世代、40歳代の女性なんになりました。ですから私は、「医者になりたくて医学部に入ったわけではなくて、「精神科医」になりたくて医学部に入ったのです。けつきよく薬物療法もする精神科医になりましたが、もともとは精神分析療法を志して医学の道を歩んだのです。



#### —読者にメッセージをお願いします。

「笑い療法士」というのは、癒しの環境研究会が認定している資格です。笑いは、人が幸せに生きることを支え、自己治癒力を高めるものでもあります。「医療の現場に笑いを」というのは、アメリカ人医師パッチ・アダムスの言葉です。彼はプロの道化師(クラウン)でもあり「クラウン・ドクター」と呼ばれています。彼の実話が映画になつたりしていますが、その映画を観たこともあって「笑い療法士」の主旨に賛同し、資格を取得しました。患者さんは無理に笑わせるのではなく、笑顔で接することで患者さんから自然な笑顔を引き出すのが大切だと私は思っています。ですから当院では、スタッフにも「笑顔で接していくましょ」とお願いしています。

ドクターズ・ファイル  
スマートフォン版



「イマチ力検索」で  
今から診てもらえる  
近くの医院・病院をボタン1つで検索！