

きょうはくせい しょうがい
強 迫 性 障 害 1



起きていることが症状だと知らないまま
 だれにも相談せず、ひとりでかかえこんで
 いる人も多い病気です

● **どんな病気？**

ある考えやイメージがくり返しかんできたり（強迫観念^{かんねん}）
 同じ行動を何度もくり返してしまうために（強迫行為^{こうい}）
 生活がスムーズにいかなくなる病気

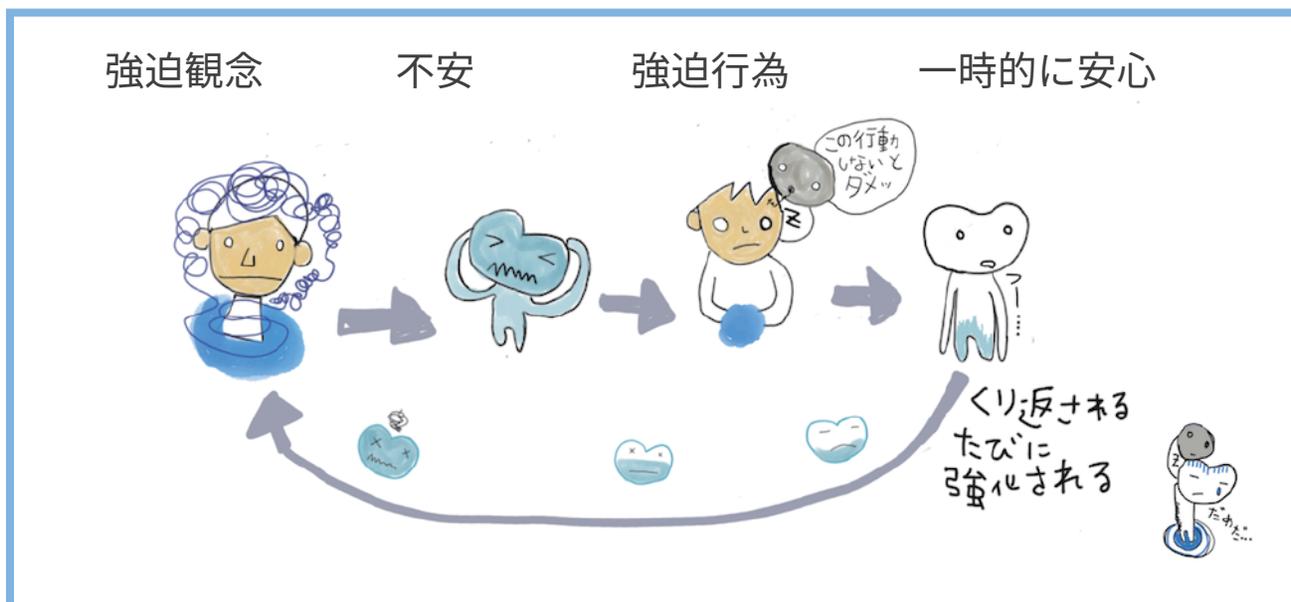


自分でも、バカバカしいと
 わかっていてもとめられない...

● **どんなことがおきるの？（症状の例）**

<p>手洗いがとまらず 何時間もやってしまう.. きたなく感じてさわれ ないものがいろいろある...</p>	<p>鍵を何度も確認して なかなか出かけ られない</p>	<p>だれかを傷つけて しまう不安に とらわれる</p>	<p>何かをするときの 回数にこだわる</p> <p style="text-align: right;">など</p>

病気のメカニズム



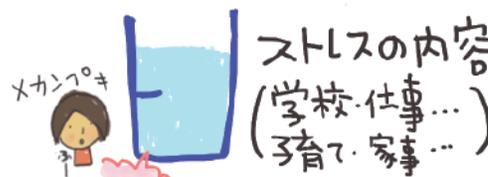
きょうはくせい しょうがい
強 迫 性 障 害 2



強迫症状にふりまわされる生活から
一歩ふみだすには、困った言動が病気の
症状であると知ることが必要です

●回復のサポートになることは？

- ・ 強迫症状を知る
 少しずつ慣らす
- ・ くすりの治療^{ちりょう}
- ・ ストレスをへらす



本人の工夫

- ・ こわくないものから
 少しずつ慣らす
- ・ 応援団を見つける

- ・ 回数やおしまいを
 決める

- ・ まわりの人には強要
 しないようにする
- ・ 自分の強迫症状に
 ついて伝えてみる



- ・ 症状以外のところ
 できていることに注目する
- ・ 症状にとらわれない生活をめざす

- ・ 家族が自分の時間をもつ
 やりたいことをする
- ・ 家族がサポーターに相談する

まわりの人の工夫

●どれくらいの人がいるの？

およそ 50-100 人に 1 人の割合

と考えられています。また、他の精神疾患でも
強迫症状がみられることがあります。

※このシートの全文、さらに詳しい情報はウェブサイトで公開中

子ども情報ステーション 強迫

検索