

### 摂食障害

福島学院大学福祉学部教授 星野 仁彦

#### I 拒食症(神経性無食欲症)

拒食症は正しくは神経性無食欲症と呼ばれ、思春期・青年期の女性に多い心の病です。

近年欧米諸国や日本などの先進工業国で激増しています。特に「やせ」の原因となるような身体の病気や精神病・うつ病などがないのに、ある時期から急激にやせてしまいます。初めはちょっとしたダイエットなどを契機としてやせ始め、そのうちやせることに快感を覚え、食欲も徐々に喪失するため、ますますやせていくというパターンが多いようです。体重は標準体重を大きく(20~25%以上)下回り、30~20 kg台にまで落ち込むことがあります。しかし彼女らは何も悩みや不安・葛藤を訴えず、むしろ体重が減って幸福そうにさえ見えます。

(アレクシサイミヤ・失感情症)。一見元気そうに活発に動き回って、学業や仕事を続けます。(活動性の亢進)。周囲の人が心配して無理に食べさせようとしても決して一定量以上は食べようとしません。家族があまり食事に干渉しすぎると、一緒に食事をすることを拒み、カロリーを計算しながら一人で食べるようになります。

月経は早くからなくなります。彼女らは客観的にみてそれほど太っていないのに、毎日のように体重を測定して増加することを極度に恐れ、自分の理想体重をかなり低いところにおきます。自分の身体の一部(たとえば腹部、大腿部、頬など)が太っ

ていて醜いと思い込んでいることもあります。体重が減少しすぎて栄養失調のために肝臓障害、貧血などを示したり、死亡することもあります。それでも彼女らは自分が心の病であるという意識はなく、精神科や心療内科を受診することを頑強に拒みます。彼女らの心の中には「成熟した大人の女性になりたくない」、「いつまでも子どものままでいたい」という「成熟拒否」の心理メカニズムがみられます。患者の性格は几帳面、真面目で、完全主義、強迫的、潔癖性の傾向がみられます。発症の直接の契機として、姉妹や友人との葛藤や嫉妬、成績の低下や受験の失敗、失恋や性的外傷体験、肥満の指摘などが挙げられます。

#### II 過食症

過食症とは大量の食物のむちゃ食いをたびたび(週2回以上)繰り返すもので、拒食症と同様、思春期・青年期の女性に多い心の病です。初めはちょっとしたダイエットから拒食症になり、時々気晴らし食いをするうちに、逆に過食症に発展するというパターンが多いようです。彼女らはストレスがたまったときに、驚くほど大量の食物を独りで隠れて食べます。本心は食べないでやせたいのですが、摂食行動を自分でコントロールすることができません。空腹感と満足感の区別が自分でもわからなくなっていて、「いつまでも食べ続けるのではないか」という恐怖心を抱いています。その一

方では、体型や体重について異常な関心を持ち、「やせ願望」を抱き、肥満になることを極度に恐れています。そのため、食べた後、のどに手を入れて吐いたり（自己誘発性嘔吐）、下剤を乱用したり、激しい運動をするなど、やせるための努力を強迫的に繰り返します。

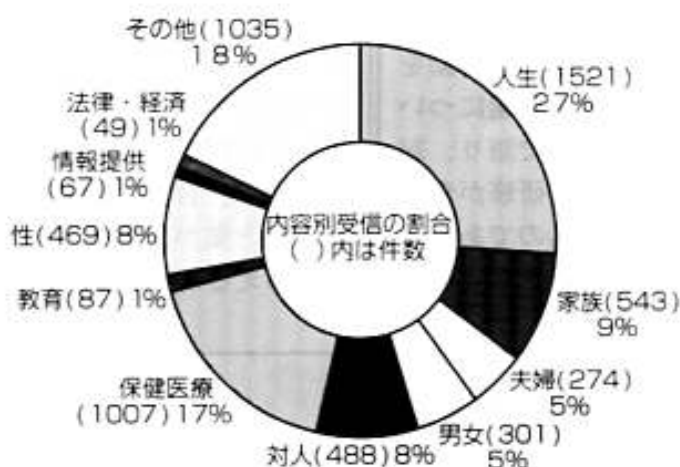
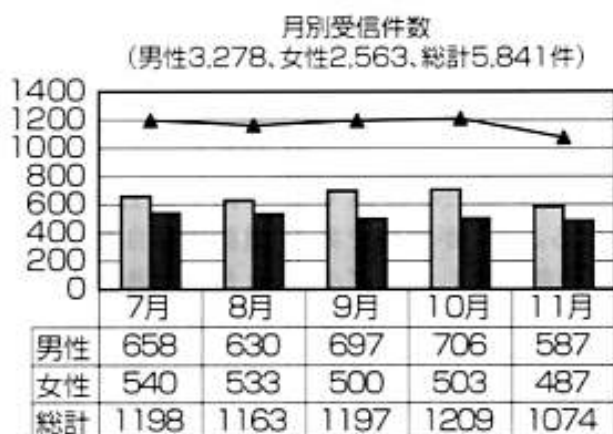
彼女らは心の中に強い抑うつ気分、悲哀感、不安焦燥感、怒り、孤独感、自己嫌悪感、絶望感、無気力感などを抱いており、これらを利他的に解消するために過食に走ります。しかし、過食するとこれらの心の中の葛藤がいつそう著しくなり、また過食

を繰り返すという悪循環に陥ります。

摂食障害の原因としては、拒食症の場合と同様、幼児期からの母子関係の歪みを中心とする養育環境の問題が挙げられます。母親は患者の幼児期よりヒステリックで自分の感情に支配された育て方をしており、必要以上に過干渉的・支配的になったり、拒否・放任的になっています。

この背景には母親自身の人格の未熟性や神経症などの精神疾患が認められますが、それ以上に夫婦間不和、嫁姑間不和などにより、母親が家庭内で心理的に孤立していることが多いようです。

## 2005年7月～11月福島いのちの電話受信状況



ひとりぼっちで悩まずに...



相談電話 **024-536-4343**

しみじみ

年中無休

(10:00～22:00)

秘密は守ります