聖学院大学総合研究所　心理福祉学研究　心理学研究分科会　主催

2022年度第2回　心理学研究講演会

「心臓リハビリテーションにおける心理職――さまざまな連携を考える」

講演：長谷川恵美子（聖学院大学心理福祉学部教授）

第１回心理学研究会（「教育領域」：伊藤亜矢子先生）に引き続き、第２回心理学研究会「医療領域」が2022年11月30日（水）に長谷川恵美子先生（聖学院大学心理福祉学部教授）を講師として、Zoomで開催された。

長谷川先生が心理職の中では希少な循環器患者さんの臨床に携わるようになったのは、運動療法がきっかけだったという。循環器患者さんの性格・行動の特性、従来のせっかちでaggressiveな「タイプA性格」だけでなく、近年は人に頼めず、悪い方に物事を考えやすい「タイプD性格」も循環器疾患のリスクファクターといわれているという。ストレス対処に偏りがある患者さんが多いこと、発症後に半数がうつ状態を経験し、１割が「うつ病」となることから、抑うつのスクリーニングが必須であること（アセスメントとスクリーング）、医療連携は多職種がチームで行っていることなどが、具体的に紹介された。

長谷川先生の臨床の場である循環器専門病院が紹介され、「心臓リハビリテーション指導士」という資格があること、“どこまで何ができるか”という時間的・空間的制約の多いなかで、「隙間的に、臨機応変に、疲れさせないで」患者さんに心理教育やリラクゼーションを体得していただくという日頃の臨床についての話であった。また、心臓リハビリテーションにおける心理面接の特徴として、①メンタルより身体面が大事、②心理職だけでない多職種が共通の知識を持ってかかわる、③90％は軽度うつ状態、④患者さんにとって何が有効かを判断するという４点をあげていた。

その中で、「ストレスを減らして、考え方を変えればよい」という従来の対応ではなく、「変えるより加えてゆく、スキルアップをはかる」「気分転換、落ち着きを取り戻すためのリラクゼーション」「運動は動的なリラクゼーション」などの話は、新鮮であった。

運動療法の保険診療は３ヶ月までしか認められていないため、その後は自費診療となり、近年増加しているJHC（Japan Heart Club）やジムなどで、“運動の処方箋”（理学療法士、健康運動指導士が作成する）をもって実施されていることが紹介された。また最後に「運動の好きな心理職には、この領域は面白いのではないか。」という後進へのアドバイスがあった。

参加者は42名いて、運動療法や具体的な運動負荷の程度についての質問があり、運動の処方箋は実際に運動負荷の計測をして決定されるという回答があった。日本おいて循環器疾患の患者さんの心理的支援について、黎明期から従事されてきた長谷川先生の深く厚い臨床経験のお話を伺い、日頃の先生の周囲への配慮や優しさそのままの臨床をされていることに感銘した。

【Data】

［共催］聖学院大学大学院心理福祉学研究科
　　聖学院大学心理福祉学部附属心理相談室

（報告者：森岡由起子［もりおか・ゆきこ］心理学研究分科会代表、聖学院大学心理福祉学部附属心理相談室長、同学部特任教授）

ご案内

2023年度第１回　心理学研究講演会

「働く人たちを支援することについて」

【講師】玉井 仁 先生（東京メンタルヘルス・カウンセリングセンター長）
【日時】2023年９月16日（土）
13：30 ～ 15：30（予定）
URL：https://www.seigresearch.jp/