

強迫神経症（強迫性障害）

女性 40歳 専業主婦

主訴 何をしても何度も確認する。とにかく不安になり、ふさぎこんでしまう。

現病歴 家庭内でトラブルがあり、十年以上前から、人に会いたくない、何もしたくない。また、確認動作が増えてきた。例えば戸締りでも十回位確認してしまう。また服を着るのに三十分位かかったりする。現在精神科で強迫神経症といわれ、薬（抗うつ剤や安定剤等）を服用するが、あまり変わらない。本人の性格は真面目で、几帳面、かつ完全主義者。

所見 緊数。胸鎖乳突筋硬化

治療 まず復溜、兪府、天牖、手三里に十五分留鍼。扁桃処置、胃の気3点、自律神経調整処置。

経過 四日目再来院。気分的には良いと。

八日目（三回目）少し確認動作が減ってくる。復溜、兪府、天牖、手三里を少し長く二十分留鍼する。

十五日目（四回目）洗濯、ガスの確認回数がずっと減ってきた。初回からこの治療と同時に継続してカウンセリングもやっている。現在の状態を悲観したり、逃げたりせずに、とにかく今のままを受け入れていきなさい。今の状態を肯定しなさい（受容）。それと、どんなに気分的にしくなくても、一日、最低限すべきこと、例えば洗濯や掃除など少しでもいいからやっていきなさい、と（実践）。何度も何度も繰り返言い続けた。本人は「先生、治るんですか。先生、治るんですか」とそれこそ、何十回も聞いてくる。帰ってから電話してくることもあった。それだけ不安でどうしようもなかったのでしょうか。その都度「治ります。今の状態を受け入れて、とにかく実行していきなさい」と言って、そのうち本人もだんだんわかってきたのでしょうか、あまり聞かなくなりました。

四十七日目（八回目）前より確認動作が減ってきた。これは行動に移る前に、強迫神経症の人は強迫観念（カギやガスの締め忘れをしたのじゃないか）があるわけですが、確認動作が減ってきたということは、強迫観念も薄らいできているわけです。つまり、頭の中で確認を繰り返す【回路】がだんだん弱くなってきたのではないかと思います。

七十四日目（十一回目）この頃、PTAの役員の順番が回ってくるということで、不安。のど、胸がつまると。

九十七日目（十三回目）玄関の戸締りの確認動作はまだ何回かするが、他の確認は減ってきた。のど、胸のつまりもよい。

百四日目（十四回目）精神科の薬をやめてみることにする。そして、クルマの運転はまだできないが（ペーパードライバー）、イメージトレーニングをやってみる。脈状は緊数だが、以前のような緊でもない。

百二十五日目（十五回目）驚くべき事に、一年ぶりに一人で運転してきた。

百三十九日目（十六回目）確認動作がずっと減って、小さいことにこだわらなくなった。玄関のカギの確認が半分減った。この頃、たいへん明るくなり（本来は明るいようだ）治療中もよく話しかけてくる。そして会話がスムーズになり、ほとんど人並みの話ができるようになる。

現在も加療中ですが、本人の変わりようには、やっている私も驚き、彼女の母親や姉妹、家族も一様に驚き、喜んでいる。

考察

前の症例は「うつ病」、今回は「神経症」ですが、脈状では、うつ病の沈滞は顕著に変わりましたが、神経症は緊数からあまり大きな変化がありません。これは性格からきているのだろうかと思っていたのですが、某医学書に「神経症は正常心理の延長線上にあり、性格、環境などの精神的要因と生物学的要因とが相互に作用して、特定の諸症状を生じるものといえる」とでています。自律神経失調症からきた緊数は変化していきますが、性格からきた緊数はあまり変わらないのかもしれない。もちろん速断はできませんが。

もう一つつけ加えます。クスリの事ですが、両者とも抗うつ剤や抗不安剤、安定剤を服用していたのですが、あまり効いていなかったわけです。最近、ニュースなどで、「脳循環代謝改善薬の有用性は確認できず、認可取り消し」というのがありました。今、市販されているクスリがわかる本などで、よく調べてみて、ある程度、効くものかどうかはわかるわけですから、効かないクスリ(クスリではありませんが)は徐々に減らすようにアドバイスすることも治療になるのではないかと思います。