

強迫性障害（OCD）とは

強迫観念か強迫行為、またその両方の症状によって
日常生活や社会生活が障害される

OCDは、**100人中2-3人**が経験する、珍しくない病気です。
強迫性障害の原因はいまだ明かされていませんが、**脳の働き**と関係があるようです。

強迫観念

何回も繰り返し浮かんでくる、侵入的な**考え**や**イメージ**。
この考えやイメージによって、過剰な**心配・不安・苦痛**が生じる。
本人が考えたいわけではなく、ほとんど「**コントロールできない**」と感じる。

<例> 「汚いものに触ると病気になる」 「ドアの鍵が閉まっていないかもしれない」
「ゴミにも重要な情報が書いてあるかもしれない」
「縁起が悪いものを見ると、悪いことが起こる」



強迫行為

嫌な考え（強迫観念）や嫌な感覚を打ち消して**安心するために行う行動**。
何度も手を洗う・確認するなど、誰でも行う行為でも**明らかに度を越えている**。
本人にとって**苦痛**で、「**止めたいのに止められない**」状態です。

<例> 手洗いや掃除が止められない。何度も鍵や火の元を確認する。
何でもとっておく、捨てられない。
縁起の悪いものを、頭の中で良いイメージのものに置き換える。



悪循環の図

手が汚れたかも？

☆強迫観念☆

「汚い！」
「病気になるかも！」

強迫行為は
麻薬のような
もの！

☆強迫行為☆

決めた手順通り
何回も手を洗う

不安！

強迫行為を
止める

一時的に
不安が下がる

こんな症状も…

もう不安になりたくない！
強迫行為も辛い！！

手が汚れるから
外出をやめよう…

回避

不安になりそうな状況を避けること

「ママ、大丈夫って
言って！」

巻き込み

周りに確認したり、強迫行為を強制すること

治療について

<薬物療法>

中心は**抗うつ薬**になることが多いですが、その他のタイプのお薬が必要になることもあります。

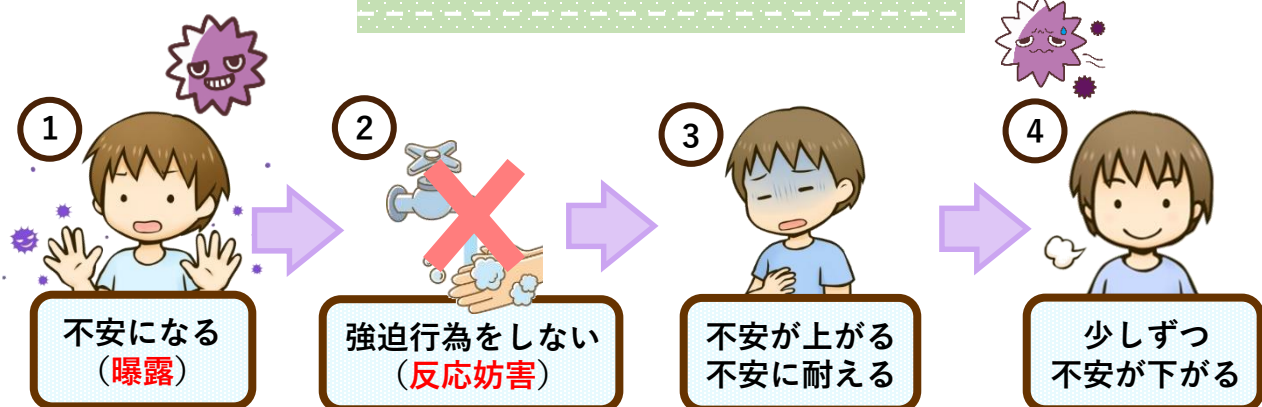


<認知行動療法(曝露妨害法)>

症状を冷静に見つめ、分析し、悪循環を断ち、症状の軽減と維持を目指します。**ERP (曝露反応妨害法)**を行います。



曝露反応妨害 (ERP)



研究参加について

これまで海外では様々な研究が行われ、患者さまが一人で認知行動療法を受けるよりも、**家族も治療に参加するほうが高い治療効果を得られる**ことが確認されました。

このため、私たちは青年期（12-17歳）のOCDを持つ人を対象とした、家族も治療に参加できる「**家族包括的治療プログラム**」を作成しました。海外で有効性が確認されたプログラムを踏まえ、日本語で調整しています。

本研究にてプログラムの有効性が確認され、治療の質が向上し、選択肢が増えることを目指しています。



研究内容について

◆ 参加可能な患者さま

- ・ 強迫性障害の診断基準を満たす、12歳以上17歳以下の方
- ・ 認知行動療法治療プログラム（ほぼ毎週）と評価を含め、全17回に参加できる方
- ・ 薬物療法との併用は可能ですが、研究参加前12週間の内服の変更がなく、研究参加中は薬物調整を行わないことに同意いただける方
- ・ 本研究の目的や内容を理解し、研究参加に同意いただける方

上記内容に該当している方は、研究に**参加可能である可能性**があります。

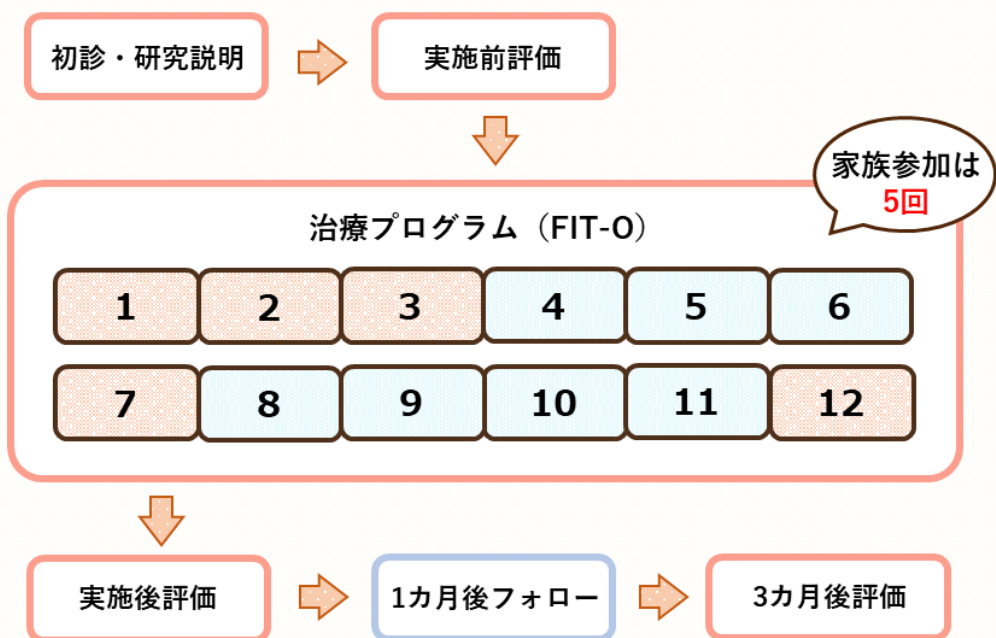
（初診時診察・研究実施前評価を行い、総合的に参加が可能か判断致します）

本研究について相談を希望される方は、下記の「お問い合わせ先」をご確認下さい。

◆ プログラム内容

認知行動療法全12回、1回1時間、基本的には毎週1回のセッションです。

曝露反応妨害法（ERP）に取り組みます。ERPとは、あえて不安感や不快感を抱く状況にとどまり、強迫行為をしなくても不安が自然に治まることを経験する治療法です。



◆ 場所

名称：金沢大学附属病院 子どものこころ診療科

住所：石川県金沢市宝町13-1

◆ お問い合わせ先

Mail：cbt_fit@yahoo.co.jp

電話：076-265-2856

担当：児童精神科医

紺谷恵子（こんたに けいこ）

