

震災ボランティアと「富士モデル事業」

「富士モデル事業」うつ自殺対策室

室長 廣中義樹

大きな災害があった地域では家族や友人、仕事などを失った心の傷や PTSD によって自殺が増加すると言われていています。今回の震災では理不尽な理由で故郷を離れなければならない精神的な苦痛も加わり、被災者の心のケアが急がれました。そのため現地では医療班・保健班とは別に「心のケアチーム」が2次避難所などを巡回しています。富士市薬剤師会は平成19年よりうつ自殺対策「富士モデル事業」*に参加していますが、今回は被災地でのボランティア活動とその中で「薬剤師ができる自殺対策」を報告したいと思います。



*「富士モデル事業」については下記リンク先を参考

・静岡県HP <http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-810/seishin/utsu.html>

・富士市薬剤師会HP <http://www.fujiyaku.net/files/topix0012.pdf>

・内閣府自殺対策 <http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/index.html>

・内閣府自殺対策白書、事例紹介

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/whitepaper/w-2008/html/honpen/jirei/jirei05.html>

4月26日～28日及び5月9日～12日の二回に渡ってボランティア薬剤師派遣団の一員として福島市及び会津若松に赴きました。

◆福島市

4月に赴いた福島市の「あずま総合体育館」は福島市内では最大の1次避難所で、多い時で1500人を超える被災者を収容していましたが、今では（4月末）で700名ほどに減っており、かなり落ち着いた様相でした。薬剤師会では体育館内の一角に小さな臨時薬局を開設し、調剤と薬の相談などを行っていますが、避難している方々から薬の相談だけではなく肉体的、精神的な負担から来るいろいろな相談を受けました。

1次避難所とは、安定した住居を見つけるまでの応急措置として、よくテレビに出てくるように、段ボールで壁を作ってスペースを作り個人や家族などが寝泊まりしている場所です。避難者の声を一人一人聞いていくと本当に切実で涙を見せないように聞くのが大変です。しかし話す事で被災者の方々の気持ちは少し和らぐようで、聞き役に回るのも心を癒す方法の一つだと思いました。薬に関しては胃腸の調子を壊している方、そしてやはり「不眠」を訴える方が大変多く、睡眠薬もかなり処方されておりました。安定剤を併用し睡眠薬が増える一方という方には避難所での簡易的な診察ではなく、専門医に行くよう受診勧奨した例もありました。



1次避難所はプライバシー確保の難しさや、絶えず発生する生活音など、お世辞にも良い環境とは言えないのに、なんと県内外の2次避難先（アパートやホテル）からこの体育館に戻ってくる人も少なくないと聞いて驚きました。2次避難所ではプライバシーが保てる反面、急に一人になることで「孤独感」に耐えられなくなるのだそうです。今までいろいろな気持ちを分かち合ってきたご近所さんと、いつでも話せるこのほうが精神的に落ち着くという人たちも少なくないのです。こういった被災者の方々の話をしっかり聞く事も薬剤師の重要な役割なのではないかと思えます。

◆会津若松市

会津若松市での活動は福島市での場合と大きく異なり医療班（医師、看護師、PT など）に同行し手持ちの医薬品で調剤と服薬指導を行なう業務が主となります。医療班は主に2次避難所のホテルや旅館などを巡回し診察をします。福島市や郡山市から会津地方に避難する人々は増え続けており、9千人以上の避難者が暮らしており（5月10日時点）、巡回先の施設も40カ所に及びます。そこを3〜4班の医療班が巡回するのですが、同時に健康相談も受けるため、非常に密度の濃い業務が続きました。手持ちの医薬品の種類が限定されており、後発品も多いため、医師は薬効と薬品名が結びつかない事が多く、薬剤師が医師らに代替案を提案、ほとんどの場合その提案どおりに処方されます。また、診察によって病名が決まると後は薬剤師任せ、などという事例すらありました。責任が重い分、医療班のスタッフから薬剤師への信頼は非常に厚く、誇り高い仕事ができたと感じます。



また、「心のケアチーム」に同行した薬剤師は心を閉ざして部屋から出てこないような方にも患者目線のアドバイスが功を奏し新しく治療が始まった例もあると聞きました。薬剤師は患者さんと同じ目線同じ立場から一緒に治療や薬を考える事ができ、看護師や医師とはまた違った切り口で人の命を救える立場があると改めて感じました。



◆ 「うつ自殺対策」

自殺対策に終わりはありません。毎年3万人の方が自殺でなくなっているという事実は何も変わっていないのです。その上今回の震災で家族を、仕事を、住み慣れた家や故郷を失った数十万人の人が将来に不安を感じています。誰かが心のケアをしなければ自殺者は確実に増えていきます。

そして心のケアに薬剤師は本当に向いているのです。日経DIのコラムで「現地で足りないのはオムツと薬剤師だ」と放送された逸話が載っていましたが、今ではオムツは十分足りているようです。しかし薬剤師は足りていません。薬剤師の数もそうですが「自殺を止める事ができる職能を持っている」と自覚している薬剤師が足りないのです。

平成 23 年 5 月