

精神科医の思うこと②⑩

「手首の傷」

松村 奈奈子

まだまだコロナコロナ。きっちりマスクを着けて、何となく不自由な診察を続けています。早くちゃんとお顔をみて診察したいなあ。

で、2月なのにとっても暖かいある日、暑いので袖をまくって散歩に出かけました。ふと入ったコンビニで、店員のお姉さんの袖口から手首にカサブタの傷がたくさん見えちゃいました。「おー、いろいろあったんだね」と思いながら、ちらりと「コンビニスマイル」のお顔を見て支払いを終えました。このところ仕事でも「手首の傷」に関して相談される事が何故だか続いたので、今回のテーマは「手首の傷」

よく嘱託勤務をしている機関の職員から「子どものリストカットを見たら、どうしたらいいんですか？」なんて質問をよく受けます。「自分のお子さんならどうしますか？」と問い返しても「うーん」と黙ってしまう、職員の方々もいます。いやいや知らんぷりはいかんと思います。「どうしたんや？」「なんかあったんか？」と定番の反応からで十分と思います。

なぜなら、最初は「ほっといてくれ！」と怒り出す子どももいますが、落ち着いてから「大人にどんな反応して欲しかった？」と聞くと「ちゃんと気づいて、心配して欲しかった」という子どもが圧倒的に多いからです。手首はとっても目立ちますからね。

そして私は「この傷は、なんていう言葉の代わりやと思う？」と聞く事にしています。高校生くらいになると「“しんどい”って感じかなあ」と言える子どもも多いです。うまく言葉に出来ない子どもには「“しんどい”という言葉の代わりかなあ？」と声をかけると、多くの子ども達は黙って頷きます。

手首の傷のサイン、なかなか複雑な深い背景があるケースから、1回の診察で止まってしまうものまで様々なレベルがあります。

「しんどかった事」をじっくり聞いた後、少々元気のある子ども達には「将来どんなバイトをしてみたい？」と聞いてみます。「コンビニとか」「マック！」と返答があるとすかさず「コンビニやマックの制服は半そでやで。手首に傷あるとキビシイで」と言います。そこで「あっ、そうかあ」と返せる子ども達は、1回の診察で止まってしまう事も多いです。多くの仕事は「半そで」で過ごす制服があつたりします。その時、上司や周囲からの視線を乗り越えるのは、なかなかパワーのいる事です。将来働く自分がイメージできる力を持つては大切です。

そんな手首の傷、忘れられない患者さんがいます。

20年程前の、夏の暑い日の話です。30代の男性が「ちょっと眠れなくて」と受診されました。建築現場で現場監督をしているという彼は、施工主と職員のトラブルでストレスがある様で「もう少しで現場が終わるし、あとちょっとの我慢なんです」と話します。とてもやさしい口調で話す男性は、さわやかな印象でした。ちょっぴりお薬を出して診察も終わろうとした時、ふと男性の日焼けした手首の黄色いリストバンドが目に残りました。「ずっとリストバンドをしてるんですか？テニスでも？」と何も考えずに聞いたのですが「実は・・・」と彼はリストバンドをずらして手首に残る深い傷を見せてくれました。「あっ、ごめんなさい」と私は思わず言ってしまいました。

「いえいえいいんです。昔、いろいろあって」と笑いながら男性は話を始めます。「今は家族もできて、子どももいるんです」「この間、子どもと一緒に風呂に入っていた時“この傷、どうしたん？”と聞かれて困ってしまいましたわ。それが一番困った時でした」「素直に”昔、しんどい事があったんや“と話しました」と続けます。私はただ黙って聞いていました。「夏の現場で長袖もおかしいしね。リストバンドしてるんは、職場では”汗っかきやからや“というてごまかしてますわ」と最後は笑顔で話は終わりました。

話し終わった後の、すっきりした男性の表情がわすれられません。なんだか自然に「話してくださってありがとう」と言葉がでました。

男性のリストカットは少なく、深い傷跡がずっと残るケースも珍しいです。本当に死を考えた行動だったのかもしれませんが。だからこそ、いろいろ乗り越えて家族を持つまでの経過は、大変だったと思います。一方で、そんな「手首の傷」と共に生きてきた男性が、1番困ったのは「子供に手首の傷の事を聞かれた時」という話が、印象に残りました。

その後、思春期の手首の傷で子ども達が診察室に来ると、時々この男性と子どもの「お風呂での会話」のお話をします。「手首の傷」の事を問われて1番困るのは、友達や職場の上司などではなく、自分の子どもに説明する時なんだと思います。「将来家族を持って、子どもを育ててみたい」と思えるレベルの子ども達は、この話をじっと聞いて

顔いた後、大きく変化する事もあります。

自分を傷つける時は、将来をイメージする力を持ってない時です。一緒に将来をイメージできるようになれば、手首に傷が残る事は何ひとついい事がないのに気づきます。だから、一緒に未来をイメージして、「手首を傷つける」のではなく別の手段で楽になれるように、話し合っていくのが精神科医の仕事だなあと考えています。