

体調が悪ければ感情のコントロールが難しくなる?!

—虐待事故の引き金となる職員の体調不良とは—

■暴れた利用者を鎮めようとして力づくで制しようとした

ある知的障害者施設で利用者が激しく暴れたのを鎮めようとして、支援員Aさんが利用者に対して力づくで制止しようとしたため、職員は処罰を受けました。施設の調査に対して、支援員は「感情のコントロールができなかった」と述べました。支援員のAさんは日頃から真面目な性格で、「どんな場面でも感情をコントロールしなければならない」と言っていました。なぜ、感情のコントロールができなくなってしまったのでしょうか？後日、支援員Aさんは、その日は体調が悪く、朝から下痢をしていたことが分かりました。

支援員のほとんどが、「どんなに利用者に理不尽な行為をされても、自分の感情を抑えることができる」と言いますが、それはコンディションがベストな時だと考えられます。体調不良や精神不安定など状態であれば、誰でも感情のコントロールが困難になるのです。支援員はこうしたことをきちんと理解し、コンディションを良好に保つよう努力すると同時に、体調不良時は利用者への対応にも注意することが必要です。では、どんな体調不良が感情のコントロール能力に悪影響を与えるのでしょうか？

下痢をした時は感情のコントロールが半減すると心得よ

"下痢"は人の感情のコントロールを低下させる

■感情のコントロールが難しい場面を知る

私たちは体調など自分のコンディションが万全な時は、自分の思い通りに能力が発揮できます。しかし、体調不良や精神不安定などコンディションが悪い場面では、簡単なことが思い通りにできなくなってしまうことがあります。そのため、いつもは利用者に対して冷静に対応できる職員でも、体調不良などコンディションが悪い日は感情のコントロールが不安定になり虐待事故などにつながる可能性があるのです。したがって、職員は「いつも感情を押さえられなければいけない」という思いを捨て、どんな場面で感情のコントロールが難しくなるのかを知っておかなければなりません。では、どのような時に感情のコントロールが難しくなるのでしょうか？

■脳腸相関の不思議

私たちは、緊張する場面などで極度のストレスを感じると、下痢や腹痛を起こすことがあります。脳がストレスを感じると、自律神経から腸にストレスの刺激が伝わるので、お腹が痛くなったり下痢になったりするのです。しかし、逆に下痢などの腸の具合が悪くなることで、脳がストレスを感じて不安になるなど精神的な影響を与えることもあるのです。便秘でイライラするのも同じ原理で、これを脳腸相関と呼ぶそうです。



最近の研究では、過敏性腸症候群の患者に「眠れない、落ち着かない、頭痛、食欲がない、意欲がない」などの神経症状がみられるのは、腸から脳への信号伝達に異常が生じて、セロトニンなど脳の神経伝達物質の分泌が不足するのが原因と分かっています。パニック障害の疾患を持つ人は精神安定剤を服用すればパニック発作を避けられますが、下痢をしている時には脳がストレスで不安を感じているので、精神安定剤が効かなくなると言われます。いつもは、利用者のどんな状態にも冷静に対処できる職員も、下痢をしている日は「今日は少し注意していざという時は仲間に援助してもらおう」と考えなければなりません。

発行責任者

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
マーケット開発部 市場開発室
担当：堀江・高橋 TEL 03-5789-6456

担当課・支社 代理店

株式会社福祉施設共済会
東京都渋谷区渋谷1-5-6 SEMPOST[®] Ⅱ
電話03-5466-0881 FAX03-5466-0882