

## 診療所待合室

### 痛みと心理

大山口診療所

久野 淑枝

人間は快楽を追及する生物です。けれど、快楽がなくても生きていくことができます。しかし、痛みがあると苦痛や苦渋に苦しみ、生きることがとても辛くなります。痛みの特殊性（特定の受容器がない、客観的指標がない、学習効果がない、反対の情動に変わるなど）のため、痛みはその実態について、わからないことが多いのです。

痛みは非常に主観的なものです。生理的であり、かつ、心理的なものであることが実験的に証明されています。アメリカで実施された、ある痛みの実験では、被験者を募って各レベルの痛みの刺激を与えたところ、実験に対する謝金が一番高いところで、痛みが一番強く出たという結果でした。これくらい高額な謝金ももらえるなら、痛みも相当なものだろうという心理が働いたのです。つまり、お金が絡むと痛みは強くなります。これは本当のことです。また、痛みはすべて心理的要素を伴います。

オリンピックで優勝した柔道の山下泰裕選手は、骨折していたにもかかわらず、試合中に痛みを感じませんでした。

痛みはそれに集中すると増強します。逆に、気をそらすと痛みを感じなくなることもできるのです。これは、催眠では暗示として使われています。いつかテレビで、高名な催眠学者が自己催眠を使って、手の手術を麻酔薬を使わず受けていました。深い催眠状態では、本人は痛くないのです。

急性期の痛みには有効な鎮痛剤がたくさん出ています。薬の70%は痛みに関するものです。問題となるのは、慢性期の痛みです。高齢化に伴い、慢性疼痛を抱える患者さんは、数百万人とも言われています。痛みにはマイナスの意義しかないのかと考えると、あながちそうではありません。

あえて痛みのプラスの意味を考えてみましょう。分娩に伴う陣痛はそれを経験したからこそ、母親としての母性の育成が促進されます。帝王切開にしても、その後の産褥痛は普通分娩を凌ぐ疼痛を経験します。痛みに耐えることは、耐性を育成する人間形成に有効と考えられます。

痛みについての課題を考えると、とりわけ慢性疼痛に対しては全人格的対応が必要とされます。慢性疼痛に対しては鎮痛剤や注射やリハビリで対応するだけでは鎮痛が奏功せず、十分ではないことがあります。痛みのおこった原因を心理的な面から考えたり、また痛みの持つプラス面まで視野に入れた幅広い対応や治療が大切になっています。

## 人権のつぼ 64

大山町人権交流センター TEL 0859-54-2286

大山町茶畑1077-3 FAX 0859-54-2413

### 「人権」は空気のようなもの

今年も10月18日から小地域懇談会が始まっています。区長さん、社会教育推進員さんをはじめ、各区や集落の皆さんには大変お世話になりますが、よろしくお願いいたします。

#### 「人権は空気のようなもの」

「人権は空気のようなものです。それが守られている、保障されている人にとっては当たり前のこととして、日常の生活の中で意識されることはほとんどありません。しかし、人が生きていくためにはなくてはならないものです。それが侵害されている人にとっては生死を左右するものです。」

これは、大山地区同推協地域部会の会員研修でリバイ大阪に行ったとき、学芸員さんから聞いた言葉です。

#### 「分りにくい人権」

平成17年に行われた鳥取県の意識調査「人権についてのイメージ」では、次のような結果が報告されています。

重要である (88・5%)  
わかりやすい (33%)  
自分と関係が深い (39・1%)

この結果から、県民の多くが「人権」のイメージとして「人権はとても重要であり大切なことである」と捉えています。このことは、これまでの同和教育、人権教育の積み上げの成果だと思えます。

その反面、おおよそ六割の人は「人権は分りにくい」「自分とは関係のないものだ」ととらえています。人権は差別の問題であり、自分は差別をしていないし、自分には関係のないことだという意識があるのではないのでしょうか。

#### 「小地域懇談会」

「人権」とは基本的人権のことであり、すべての人に保障されるべき「具体的権利」です。自由に、安全に、将来に向かって可能性を感じながら生きたいと願うことだと思います。

普段は当たり前のこととして空気のような存在である「人権」について、小地域懇談会のなかで、我われ一人ひとりに保障されたものであることに気づいていただければと思います。

参考：西部教育局

生涯学習推進係長

金田和寿氏 講演