

災害症候群

Disaster Syndrome

P Valent
Melbourne, Australia

© 2007 Elsevier Inc. All rights reserved.

This article is a revision of the previous edition article by
P Valent, volume 1, pp 706-708, © 2000, Elsevier Inc.

丸山 総一郎〔訳〕
神戸親和女子大学大学院文学研究科精神医学研究室

災害症候群の特徴

災害時の災害症候群および類似症候群の位置

災害と関連症候群の意味するものと目的

災害段階と災害症候群の解明

治療

用語解説

外傷状況	外傷が生じる外的状況。
災害	自然災害（例えば洪水，地震，火災）；人災や他の心的外傷状況。
災害段階	災害前後の期間。これは，(1) 災害前影響（災害以前），(2) 災害時影響（災害発生時），(3) 想起（災害直後），(4) 災害後影響（災害数日後～数週間後），(5) 回復と再構築（災害数カ月後～数年後）。
トラウマ	人の生命がはなはだしく脅かされる経験で，その経験から多様な生物学的，心理学的，社会的な損傷と瘢痕が生じる。
生存戦略	特異的状況下で生存を強化するために進化した生物心理社会的形式。例としては，闘争，逃走，適応，愛着などがある。

災害症候群の特徴

Wallace は，1649 年に村に戻り，親族全員が殺害または捕虜にされたことを知った Petun 戦士の反応を記述している。彼らは，雪上に座り込み，無言のまま，半日のあいだ誰も動きもせず話すこともなかった。Wallace は，そのような反応は災害ではよく見られショック，麻痺，当惑，失神，無感覚な状態として変化しやすいものと表現している。彼は，座り続けることと同様に，犠牲者がじっとした状態にいるか，あてもなくさまよう可能性があることも付け加えた。痛み，悲しみ，恐れ，怒りのような感情は失われ，従順になる。その状態は，数時間または数日続くことがあり，そのあいだ傷ついた人は呆然

としたままである。災害症候群の特徴は，心的外傷後ストレス障害（posttraumatic stress disorder：PTSD）や他の不安障害における交感神経系関連の興奮としてみられる怒りや恐怖（闘争や逃走）とは正反対のものである。このことは，外傷時の種々の感情的，生物学的生存反応は，のちに種々の症状に発展する可能性のあることを示唆している。

災害時の災害症候群および類似症候群の位置

Wallace によって記述された災害症候群の行動上の特徴は，今日の説明でもなお有効で元の名称で呼ばれている。しかし，様々な行動学的，心理学的，生理学的研究は，行動学的に災害症候群であることは異なる側面を強調しそれらには異なった名称をつけている。同じ状態を，心理学的には「精神的衝撃」と名付け，生理学的には「一般適応症候群」としてきた。その保護-ひきこもり症候群は全ての生物学的心理学的社会的側面に渡る。

精神的衝撃

精神的衝撃は，失神の主観的な見方である。それは死別と死亡について最もよく研究されていて悲嘆過程の第一段階でみられる。

人の死の知らせが告げられた時の反応として精神的衝撃の主観的感情は，暴行，打撃（顔面，頭部，内臓），ノックアウト，息切れなど身体的な徴候として表れる。心理学の専門用語は，圧倒される状態，つまりそれをつかむことができず，周囲の世界が粉碎され，ブラックホールに沈み込んでいく状態を含んでいる。

そのような感覚に対する防衛は，不信，解離のような言葉で表すと否定的なものや，無感覚あるいは世界や自分自身の非現実感を経験したという風に様々に表現されている。共通した表現は，あたかも映画を見ているように自分自身や出来事を見ているというものである。

一般適応症候群

Selye は，一般適応症候群を精神的衝撃に関連した特有の3つの生理学的ストレス反応とした。そのストレス反応は，副腎皮質の肥大とコルチゾールレベルの増大，胸腺，脾臓，リンパ組織（免疫機能の低下を招く）の萎縮，そして消化器潰瘍である。Selye は，これらの反応が，脅威に曝された状況下で生物が適応することを助けることに着目した。

保護-ひきこもり症候群

Engel と Schmale によって記述された保護-ひきこもり症候群は、弛緩した筋肉、極度の疲労感、注意力低下と孤立といった症状を伴う静止、無活動、不応答性によって災害症候群の特徴を詳述している

一般適応症候群に加えて、保護-ひきこもり症候群は、副交感神経系やエネルギー取り込み活動と関連している。それは不整脈、心拍停止、死の時点まで、減弱する心拍で表しているかもしれない。消化液分泌が減少することが記述されているのは、おそらく摂食行動はこの状態では起きないからである。この症候群は、新生児から成人までの全年齢層と、明確な行動をとることができない様々な状況で観察された。

災害と関連症候群の意味するものと目的

最初に、圧倒された反応を適応的と理解することは難しいかもしれない。しかし、物理的衝撃が生存を助けるのと同様に心理的衝撃も生存を助けるのかもしれない。例えば、Darwin は、静止は動物が見つけれにくく攻撃されにくくしていることを、また死んだような状態は捕食動物が掴んだ手を離すことを促す可能性を記している。静止は、無抵抗な人をすくい上げやすくし、以前に見捨てられたグループの仲間を同じ仲間が見つかることを容易にする可能性がある。次に、関連する心理社会的跛行性や従順性は、救助者とその指揮との協調を容易にする可能性がある。最後に、一種の心理的被囊現象とエネルギー保存によって、緩衝期間は蓄えの補充に当てることを可能にした。

Selye, Engel, Schmale も各症候群を、種の保存を強化する重要で統制の取れた有機体の鑄型として理解した。彼らは、闘争と逃走に対するスペクトラムの反対側にいた。闘争や抵抗をすれば致命的になりそうな状況で、一撃で打ちのめされそうな状況においては、古い目標を捨て新しい目標を見つけることが賢明であることを示唆したのである。

Valent は、これら症候群の生物学的心理学的社会的特徴と目的を、彼が適応と呼んだ生存戦略に組み込んだ。その戦略は、生命体をまず初めに降伏を必要とする状況に適応させる。しかし、それを悲嘆する過程を通して有機体が新しく希望に満ちた状況や結末に向かうことを容易にする。もしこれが起こらない場合、生理的症状やうつ状態、他の疾患を発症することになる。

災害段階と災害症候群の解明

その後続く災害段階の特徴と災害症候群の変性（あるいは適応のための生存戦略 survival strategie）は次の通

りである。

災害段階を守ること

災害の衝撃後（Wallace のステージ 2 と 3）において、生存者は覆いから現れる。彼らは、生存を感謝し他者を援助し家族や友人と再結合する。生存者は、通常のようによそしさを捨て、団結し利他的なコミュニティとなる。同時に生じる楽観主義は、災害後幸福感と呼ばれてきた。同時に、怒りは非共感的とみられる援助を行う部外者に、しばしば向けられる。Wallace の最初のステージに加え、回復と再構築段階があり、それは物理的環境とその内にある生命体再建の辛く長い期間がある。その期間の名称、タイミング、内容は、柔軟で適応的、変動的であるが。

類似の段階は、異なった内容が文献で強調されているが、他の外傷状況においても生じる。例えば、死別においては心理的特徴が強調されている。衝撃後、捜索段階、次に怒り、罪責感と続き、初めから終わりまで受け入れと新しい絆づくりを伴う。

災害症候群の解明

災害症候群（あるいは適応的な生存戦略）からの生理学的ストレス反応の派生症状は、臨床的には低血圧、眩暈、倦怠、疲労、そして病感として出現するかもしれない。長期間低下した免疫機能は、災害、死別、他の外傷後に発症した感染症、自己免疫疾患、癌の増加を説明することに寄与するかもしれない。このように、この特異反応は、頻度の高いストレス起因性疾患に有意に関連しているのだろう。不適応の心理学的解明は、絶望、失望、屈服、解決不能で慢性的な悲嘆、臨床的な抑うつ状態を含んでいる。

治療

物理的衝撃と同様に、精神的衝撃の治療においても、身体的、心理的な暖かさ、快適さ、支援を含む。他人との身体的接触、安心させる声、出来事の説明、希望、そして愛される者との交流は、有用である。その後の治療は、症状の進展や疾患の性質による。最も良い治療は、人が圧倒される状況の予防や緩和である。

参考文献

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th edn.). Washington DC: American Psychiatric Association.
- Engel, G. L. and Schmale, A. H. (1972). Conservation withdrawal: a primary regulatory process for organismic homeostasis. In: *Ciba Foundation symposium: physiology of emotion and psychosomatic illness*, pp. 57-85.

- New York: Elsevier. Raphael, B. (1984). *The anatomy of bereavement*. London: Hutchinson.
- Raphael, B. (1986). *When disaster strikes*. London: Hutchinson.
- Selye, H. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology* **6**, 117-196.
- Valent, P. (1998). *From survival to fulfillment: a framework for the life-trauma dialectic*. Philadelphia: Taylor and Francis.
- Wallace, A. F. C. (1957). Mazeway disintegration: the individual's perception of socio-cultural disorganization. *Human Organization* **16**, 23-27.