



## 原子力災害が与えるメンタルヘルスへの影響

重村 淳（防衛医科大学校 精神科学講座）

放射能が与える心への影響はとても大きいです。放射線は目に見えなくて、どのくらい被曝したかが自分で評価できません。そのため、「被曝したかも」という脅威だけで、猛烈な恐怖を起こします。過去の事例を参考に、その影響をまとめてみました。

- **被曝したと思う者は、実際に被曝していなくてもそれ相応の行動をとる**
  - 避難、病院受診など
  - 医療者の説明が入りづらい
- **医療機関には、不安にかられた人々が実際の受傷者以上に受診する**
  - 医療機能のパンク
  - 多数の精神科事例が発生しうる
- **不安、身体化が前面に出やすい**
  - 身体症状と精神症状との区別が難しい
- **ストレス反応症状（再体験、回避、過覚醒）は比較的出にくい**
- **人々の反応を決めるのは情報発信者の情報の伝え方（リスクコミュニケーション）**
  - 望ましい情報の伝え方 ⇒ 正確・迅速・透明性
  - 望ましくない情報 ⇒ デマ・集団パニックを引き起こしうる
  - 過剰な情報 ⇒ 不安を増強させる
- **もっとも効果的な治療は「情報」**
  - 情報を複数箇所から入手して情報の精度を高める
  - 放射能汚染を抑える方法を学ぶ
  - 科学的データに基づく安心感の回復（放射線量測定、血液検査など）

（参考文献）

重村淳：生物・化学テロリズムによる心理的影響。トラウマティック・ストレス 2004

（財）原子力安全研究協会 心のケア対応検討委員会：原子力災害時における心のケア対応の手引き。

[http://www.remnet.jp/lecture/b08\\_01/index.html](http://www.remnet.jp/lecture/b08_01/index.html)

重村淳：集団パニック。トラウマティック・ストレス 2009

重村淳：リスクコミュニケーション。トラウマティック・ストレス 2010