

治療のポイント

■急性期の治療

薬物療法

睡眠の確保

神経の休養

■慢性期の治療

再発予防

精神療法・リハビリテーション

体力・集中力の回復
ストレスへの対処法

薬物療法の継続

症状の安定
ストレスに対する抵抗力

生活のストレスを減らす

家族に理解していただきたいこと

急性期を過ぎたこの病気の患者さんは引きこもったり、家でごろごろしていることが多くなりますが、これらは癒けからくるものではありません。家族は患者さんに対して小言を言ったりせず、根気良く「待つ」という姿勢が大切です。

- 「寝てばかりいる」のは回復へのプロセスです。
- 「疲れやすく根気がない」のは、エネルギーをためているのです。
- 患者さんの努力や頑張りだけで克服することはできません。
- ときに甘えが強くなる場合があります。うまく受け入れてあげてください。
- 無理な励ましはかえって本人に過剰なストレスとなることがあります。

