

# 第50回日本慢性疼痛学会スポンサードシンポジウム

日時：2021年3月20日（土）13：30～15：30

WEB開催・オンデマンド配信あり

座長 熊本市民病院 麻酔科 部長 田代 雅文 先生

演者 真生会富山病院 心療内科 部長 明橋 大二 先生

**演題1 慢性疼痛の背景にある心理的問題について  
～生育歴（自己肯定感）と、HSPを中心に～**

**演題2 模擬面接による実演 患者役：九州大学病院 心療内科 稲吉真美子 先生**

## 慢性疼痛の心理的問題に どのようにアプローチしていくか

抄録

慢性疼痛には、心理社会的ストレスが関わることが少なくない。心理社会的ストレスは、また患者自身の自己肯定感と深く関わっている。その意味で、慢性疼痛の診療において、患者の自己肯定感について理し、対応することは、極めて大切なことと言えるだろう。自己肯定感とは、「自分が生きている価値がある」「大切な存在だ」と思える気持ちのことで、主に幼少期の親子の愛着関係の中で生まれ、その後の人生を支えていく土台となる。自己肯定感が低いと、過剰適応したり、自分を過度に責めたりする生き方になりがちで、心理社会的ストレスをより感じやすくなる。また慢性疼痛の性格背景として指摘されるアレキシサイミアも、親子関係で自分の気持ちに気付いてもらえなかったことが要因の一つと指摘されており、親子の情緒的な交流はまた子どもの自己肯定感と強く関わっている。

また演者は一方で、慢性疼痛を呈する患者の生来の気質特性として、HSP（Highly Sensitive Person；ひといいばい敏感な人）に注目している。HSPとは、アメリカの心理学者エレイン・アーロン氏により提唱された概念で、感覚的にも人の気持ちにも敏感な人を言う。5人に1人の割合で存在し、人に優しい、危険予知に優れる等の長所を持つ一方で、心理社会的ストレスを抱えやすく、また痛みなどの身体感覚にも敏感という特性がある。慢性疼痛という病態はそこで、HSPという生来の特性と、幼少期の愛着関係、心理社会的ストレスと身体的侵襲という四つの側面から理解すべきと考えている。当日は、模擬診察による実演も含めて、このような患者にどのようにアプローチし、理解して対応してゆくかを考察してみたい。