

病気との闘いのはじまり

学校に行くことができなくなり、私は精神科に行くことについて、本当に悩みました。脳に作用する薬は、内科などでも用いられます。ただ、精神科の薬は神経伝達物質に働きかけることが多いため正直、薬を飲むとなったら勇気がいります。それと精神科に関する情報を持っていない。けど、現状からできることと言えば精神科に行くことしかありませんでした。

家の近くにある精神科は入院病棟もあり、充実した医療体制が整っています。ここで診察を受けたのですが、診断名は「パニック障害」でした。パニック障害とは、不安障害の一種で過呼吸やめまい、手足のしびれ、吐き気などが起きるパニック発作により死ぬのではないかという経験をするによって日常生活に支障をきたす病気です。パニック発作が出やすい場所、私の場合は教室と通学の電車で何度もその発作を経験することでその場面を避けるようになり、外出できなくなっていくます。当時は、薬物治療が第一選択で抗うつ剤と抗不安薬を処方してもらい2週間後に再度診察をすることになりました。精神科にかからないといけない病気になり、正直に言うと「終わったな」という思いが強かったです。病院に入るところや出るところ、院内で知っている人に出会わないか、薬局で薬剤師さんに何を思われているのだろうかと思い、コソコソしながら行動していました。

精神科に行って診てもらい薬を飲んでいたのですが、もう学校に行く気力がありませんでした。いや、日常生活を送る気力がありませんと言った方が適切かもしれません。このときには精神が崩壊していたと思います。当時は、とても体が重く立ち上がるのが困難で這って家の中を移動していました。うつ伏せになりながらご飯を食べる。歯磨きや顔を洗うこと、お風呂に入れず1週間を過ごす。食事以外、ベッドから出ないで寝たきり状態になりました。一日中寝ており、食事もありできず、毎食おかゆを食べていました。

数週間この調子だったのですが、薬が効いてきて少しずつ動けるようになりました。休んでいるときに私が学校に行っていない間にみんなは学校に行って勉強していることを考えていたら「学校にいかなければならない」という強迫観念に駆られて学校に行く支度をします。0.1%でも学校に行ける可能性があるならと思い1週間お風呂に入っても学校に行こうと行動します。臭くてもいい。学校に行ければ。電車に乗ることはできるのですが、ただ、学校の最寄り駅の一つ前で降りてしまう。数回、学校に行くことができたのですが、教室に入ると吐き気がして1限目なのに途中で帰る。やっぱり俺はもう学校に行くことができないのだと思い、それからはひきこもる生活になっていったのです。

つづく