

10、20代の女性に多く、生涯では女性の10人に1人が発症すると言われる「摂食障害」。さまざまな合併症を引き起こし、最も死亡率が高い精神疾患だが、疾患についての正しい認識や知識が世間で浸透せず、1人1人苦しむ発症者は少なくないという。そうした病気の実態を知ろうと、学生スタッフが発症者を支援する市民団体「摂食障害よりみち」（愛知県小牧市）取材した。

支援団体に実態聞く

by 学生スタッフ

約5年前に設立した「よりみち」では、発症者や家族のサポート、発症予防につながる啓発活動に力を入れる。活動に携わるメンバーの半数以上が発症経験者で、代表の鈴木佳世さん（40）も長年闘病してきた。人だ。摂食障害という名前は聞いたことがあるが、どのような病なのか、鈴木さんは「男性でも10人に1人が発症することがあり、誰もがかかる可能性がある心の病気」と話す。

ストレスなど原因

鈴木さんによると、日常生活でのストレスや不安などが積み重なることで心身のバランスが崩れ、食行動が不調に陥る病だ。極端なやせ願望などから必要量の食事を取らずにひんやりやせてしまう「神経性やせ症（拒食症）」や、短時間で大量の食べ物を食べた後に

摂食障害よりみち 2019年11月、愛知県小牧市に設立された市民団体。摂食障害の経験者らがメンバーで、摂食障害に苦しむ当事者や家族のケアとサポート、予防に向けた啓発活動に取り組む。団体名には「焦らずゆっくり、よりみちしながら回復に向けて歩んでほしい」との願いを込めている。

「摂食障害」身近な心の病



学生スタッフは摂食障害の被害を予防するための啓発活動に取り組んでいる。左から、鈴木佳世代表、新井紗耶香、構成・浅井結、新井紗耶香。

正しい知識で予防やケア

摂食障害の発症は簡単にできる。世世代代受け継がれてきた「やせ願望」が、現代社会で悪化している。治療には長い時間がかかる。発症者の多くは、10歳未満や10代前半の子もが持つ情報をのみに頼り、摂食障害とながら「やせ願望」が強いまま、成長への影響が大きい。低身長や骨粗鬆症、無月経など、さまざまな健康被害を引き起こす。治療には長い時間がかかる。発症者の多くは、10歳未満や10代前半の子もが持つ情報をのみに頼り、摂食障害とながら「やせ願望」が強いまま、成長への影響が大きい。低身長や骨粗鬆症、無月経など、さまざまな健康被害を引き起こす。

取材レポート

新井紗耶香（名古屋外国大4年） 直接的な支援だけでなく、周囲にも理解の促進を図っており、支援の循環が立っているのを感じた。鈴木さん（愛知教育大4年） 周りに摂食障害がなっていない人がいる。何げない会話で接するといふと、助言もつたので、実践したい。中山淑希（愛知教育大4年） 正しい知識が広がり、発症者がある人治療中の人など、この段階にある人も支えらる社会の一員に私もなりたい。伊藤有哉（岐阜大3年） 男性も100人に1人が発症し、自分も無関係ではないと感じた。最悪の場合、自殺にもつながると聞き、意識が変わった。北村愛（名古屋大3年） ダイエットのイメージばかりが強かったが、実際には周辺環境をさまざまな要因が重なって発症に至る分かった。石川翼（愛知淑徳大2年） 体験談で注意喚起したら、まわりの摂食障害を患った学生がいたという海外事例が印象的で、複雑さを実感した。浅井結（愛知東立大1年） 思春期を過ごす人を1人にしてはいけないこと、専門的な知識がない自分にもできることがあるのだと知った。

「よりみち」の代表鈴木佳世さん（右端）に質問する学生スタッフたち

鈴木佳世代表（右端）に質問する学生スタッフたち

「よりみち」の代表鈴木佳世さん（右端）に質問する学生スタッフたち