

アレキシサイミア

(Alexithymia)

類似語・同義語：■ 失感情症 (Alexithymia)

症 例：25 歳，女性

主 訴：食欲不振，全身倦怠感

現病歴：短大卒業後に就職し，その3ヵ月後から食事摂取量が減少した。M病院を受診して種々の検査を受けたが内科的には問題ないためI病院心療内科へ紹介された。以前は42kgあった体重がこのときには25kgまで減少していた。約4ヵ月の入院で36kgまで増加して退院となり，その後Cクリニックに通院して一時は41kgとなるが，その後また体重減少あり当科へ紹介となる。月経は高校生頃から不順だったが，就職後数ヵ月で無月経となり，40kg前後まで回復した時点で発来した。

家族歴・既往歴：両親は健在で，同胞は弟と2人。既往歴に特記すべきことはない。

経 過：初診時には「やりたいことができるだけの体力をつけたい」と言っていた。体重については「標準の範囲にあればよく，それ以上減ってくると不安になる」と言い，明らかなやせ願望は表明されなかった。便秘して腹部膨満感を自覚すると食べられなくなり，下剤を多めに飲むという。このほか不眠，意欲低下，頭痛などの症状や偏食傾向がみられた。非定型神経性無食欲症 (F50.0; ICD-10) と考えられた。

面接場面では自己の感情の動きをほとんど表出せず，事実の経過と身体症状について語るのみであった。アレキシサイミアがあり，自己の気持ちをふり返って洞察するような心理療法は困難であると考えられ，当初は愁訴に対する受容的・支持的な面接を継続しつつ良好な患者-治療者関係の構築をめざした。生育史では，母親は自分の思い通りにならないと気がすまない人で，いつ怒鳴られるかわからず，母子間の情緒的な交流はなかったという。

経過中，食事摂取量が極端に低下して数回入院している。はじめは同室の患者との接触を避けていたが，入院の回を重ねるにつれてすすんで交流するようになり，それと並行して面接場面では感情を徐々に表出するようになり，また食事摂取量が増加し，心理的にも安定してきた。情動の言語化が行われるまで受容的な態度で気長に待ったことや，何度かの入院生活が感情表現のためのトレーニングの場になったことが自覚症状の改善につながったものと考えられる。

用語解説

アレキシサイミアは1970年代にアメリカのSifneosにより，心身症に対して古典的な精神分析治療を施行する際の患者の反応から提唱された概念であり，(1) 想像力が貧弱で，精神的葛藤を言語化することが困難である，(2) 情動を感じ

ることと，その言語表現が制限されている，(3) 事実関係をくどくどと述べたてるが，それに伴う感情を表出しない，(4) 面接者とのコミュニケーションが困難である，などの特徴を持つとされている。

語源的にはラテン語で a = lack, lexis = word, thymos = mood or emotion を表しており，「失感情症」と訳されているが，「感情がない状態」で