

## どのくらいでよくなるのでしょうか？

脳損傷ののちの数ヶ月の間に、回復を予測することは困難です。そのため当事者や家族はしばしば将来についてわからないことが多く意気消沈しがちです。

こういった不明さは、脳損傷関連疾患にありがちなことなのです。重傷者に対して、医師はどのくらい回復が期待できるのかについておおよその推測しかできません。しかし、医師は医学の一般論で予測したのであって、良い側面がありながらコーマから回復しない人もあれば、認知機能に問題があるにもかかわらず、あらゆるハンディに挑戦して仕事に戻る人もあります。

医師はまた次のようなことも知っているのです。つまり、非常にわずかな脳の損傷あるいは脳震盪であっても、回復については一般論でしか答えられないのです。というのは、なかには重大な障害を引き起こして一生問題を抱える脳損傷の人もいるからです。

### なぜ予測が困難なのか

身体の外傷は脳損傷の程度を正確に表現しません。恐ろしい自動車事故の犠牲者は、多くの骨折をしているでしょう。しかし、風呂桶に落ちた人よりも少ない脳損傷を負っているかもしれないのです。

CTやMRIは脳損傷の検査に使われますが、脳内の出血を調べるのに適しているのです。しかし、顕微鏡レベルで脳の傷を正確に知ることはできません。脳外傷は脳の色々なところの神経細胞のつながりを切断します。しかしこれはいろいろな検査でもわからないのです。

脳は自分で修復する能力に限界があります。回復過程は、2年以上にわたって続きます。最も早い改善は最初の6ヶ月で、脳の浮腫や傷がこの間に治ります。これはあくまで原則論であり、1年で回復が止まる人もあれば、2年した後にも緩やかに改善が見られる人もあります。一般的には、最初ゆっくりと回復する人は、永続的な障害を負う確率が大きくなります。

コーマおよび通過症候群から回復した人は、適切なリハビリがとても重要です。そしてそれは最終の結果に重要な影響を持ちます。リハビリの終了は回復が終わったことを意味しないということは明記すべきです。脳損傷の当事者は、自らの回復を継続させるやり方を習得しておくことが望ましいでしょう。

個人的な要因は回復の程度に重要な違いをもたらします。たとえば、教育課程においてよくできた人や意志が強固でやる気のある人格の人は、リハビリにおいても通常良い成績を収めます。脳損傷の前に飲酒癖があったり、ドラッグをやったりしていた人は、特に脳損傷の後も悪癖を継続している場合においては、それほど回復しません。これ以外の、良い予後に関係する人格的な要因としては、譲歩し他人を思いやる傾向があり、人生に楽観的でユーモアに満ちたアプローチができ、信心深いことです。

## どのように予測をするのか

脳損傷の初期の段階においては、まず回復の予測はコーマの深さや通過症候群（外傷後健忘症）の長さによって回復を予測します。グラスゴーコーマスケールはコーマの深さを表すのに使われます。

通過症候群（外傷後健忘症）というのは、コーマの後に次第に意識を回復する過程のことをいいます。通過症候群（外傷後健忘症）にある人は、部分的にあるいは十分に意識があるが、しかし、日時や今どこにいるのか、何が起きているのか、おそらく自分が誰であるのか、自分の記憶に問題があるなどといったことが混乱してははっきりしないのです。通過症候群（外傷後健忘症）の長さは、脳損傷の重傷度の基準に使われます。通常使われるスケールの解釈は次のようになっています。

- ・ PTAが5分以下                    :           きわめて軽度な損傷
- ・ PTAが5～60分以内            :           軽度な損傷
- ・ PTAが1～24時間以内          :           中程度の損傷。
- ・ PTAが1～7日以内             :           重度の損傷
- ・ PTAが7日以上                 :           最重度の損傷

一般的に言って、もしもPTA状態が1週間以上継続するならば、その後の認知機能に問題が予測されます。

1000人の重度脳損傷の生還者において：

- ・ 64%は良い回復が期待できます。しかし、その後の認知あるいは行動上の問題が起こるかもしれませぬ。
- ・ 25%が中程度の障害が予測されます。
- ・ 10%が重度の障害が予測されます。
- ・ 1%が遷延性のコーマと同様の状態が残ると考えられます。

当事者や家族にとって楽観的になることは大事なことです。しかし同時に、回復について現実を見つめ、何が起こり何が起こりそうでないかということをも十分に理解することもまた重要

なことです。愛する人が入院中のある家族は、このことを次のようにたとえています。最悪に備え、最善を願うと。

## 長期の結果に影響する因子

脳損傷は、当事者に重大な問題をもたらすような多くの障害を引き起こします。こういったことにうち勝つための能力は以下の4点に影響されます。

- ・ 損傷前の個人の有利な点とそうでない点
- ・ 損傷の性質と重傷度
- ・ 損傷への本人の反応
- ・ 深い関係の周囲の人のサポート

この4点の中で、脳損傷後の本人の個人的な反応が、生涯の喜びや成功を増大できるように最も変化させうるものということができます。自覚や動機付け、目標設定、うまくやる方略（メモリーエイドの使用など）そして感情の管理は大切な対応策であり、脳損傷の後の長期予後に影響するのです。

## 熱心な努力と希望

脳損傷は、完全な回復が通常という他の状態とは極めて異なっています。現実には、たとえわずかな脳損傷であっても、生涯にわたる認知への影響を残すでしょう。

脳は宇宙の中でも最も高度に組織化された体系であり、悪い話としては、完全回復というのは通常不可能なのです。一方良いニュースとしては、誠実さや希望、熱心な努力そしてシステムティックなアプローチによって、劇的に回復過程あるいはその後の人生に影響を与えうることです。人生はマラソンです。長い戦いに自分のペースを合わせましょう。そして長い道のりの間、積極的な態度を維持しましょう。

（クイーンズランド脳損傷協会 ファクトシートより許可を得て翻訳転載）