

SAGA OCDの会



強迫症／強迫性障害の方、
そのご家族のための自助グループです

～繋がる、繋げる～

OCDについて

OCD (Obsessive-Compulsive Disorder) とは、日本語で強迫症／強迫性障害のことです。

強迫症／強迫性障害の症状は、強迫観念と強迫行為からなります。

・強迫観念：意思に反して頭に浮かんでしまい、払いのけられない考え。

・強迫行為：強迫観念による不安や恐怖を一時的に軽くしようとする行為で、しないではいけない行為のこと。

例えば、何度も手を洗う、鍵やガスの元栓、電気のスイッチなどを何度も確かめる、誰かに危害を加えたのではないかと思う、自分の決めた手順で物事を行わないと安心できないという儀式行為などがあります。

(一部、厚生労働省HPより)

きちんと治療すれば改善する病気です。

治療には主に薬物療法と曝露反応妨害法が有効とされています。

厚生労働省によると、50人～100人に一人、日本人は100万人強の患者がいると推定されています。

新型コロナウイルスの感染拡大により、現在は患者数が増加していることが推測されます。

日常生活に支障が出ている方や、症状に思い当たる点がある方は、精神科、メンタルクリニック等の専門医療機関の受診をおすすめいたします。

ABOUT

SAGA OCDの会は、強迫症で苦しんでいる方のために誕生いたしました。

発起人の私は臨床心理士です。

そして私自身が出産後に強迫症になり、治療を継続しております。

一番辛かった時期、同じような症状の方と少しでも思いを共有できればといろいろ探しましたが、このような当事者・家族の会は遠方にしかなく、ここSAGAにあればどんなに良いだろうかと思いました。

様々な性別、年代、症状の方がいらっしやると思います。

安心できる場所に、繋がる、繋げる会になっていきたいと思っております。

古川幸佳

連絡先

現在、メールでのお問い合わせのみ行っております。

心理相談、治療等は行っておりません。

個人情報等についてもお答えできかねますので、何卒ご了承ください。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

HP : <https://saga-ocd.amebaownd.com/>

E-mail : saga.ocd.c@gmail.com

Instaglam : @saga_ocd