

Q

### こだわり用語について、自殺と自死

94号のこだわり用語は、「人」で記載することにとでも納得しました。人間らしさや人柄が「人」という字には込められていると思います。

本誌の用語で時々気になる用語があります。それは「自殺」という用語です。「自死」に変えられないでしょうか。薬剤の有害事象などに用いられる「自殺」は論文からの引用であったり、外国語からの翻訳などはやむを得ないのかもしれませんが、しかし、自分を殺す、という言葉は、自殺した当人、家族にあまりに残酷だと思います。

とくに、薬剤の有害事象の可能性もあり亡くなった場合は、「薬によって、命を落とした」とも考えられます。職場で文書の改ざんに手を貸さざるを得なくなり、自ら亡くなった人もいます。自ら命を絶つ人には様々な原因・理由があると思います。決して肯定的に考えている訳ではありませんが、個人的には「自死」という言葉が適切かと思いましたが、今後検討していただければ嬉しいです。(東京都：薬剤師)

**編集部：**「自殺」ではなく「自死」という提案ですが、こだわり用語に取り上げる予定はありません。本誌編集アドバイザー梅田忠斉医師に回答をお願いしました。

A

### 極限の感情とそれに伴う行為を表現しての「自殺」

いまの時点での梅田の見解を述べてみます。ただ、あまり深く考えてこなかったため、深い洞察はありません。

精神科臨床ではもっぱら「自殺」を用います。死にたいとか消えてなくなりたいとかいう感情に「自殺念慮」(希死念慮ともいう)、自殺しようとする行為に「自殺企図」という語を用いています。少なくとも精神医学用語とか医学用語では通常は「自殺」は用いても「自死」は用いないのではないのでしょうか？

「自殺」とは、うつ病などで精神的視野狭窄をきたして孤立無援感を覚えたり、自責感が高じて自分自身を否定する感情が極限まで達したりして、追い詰められた結果の究極の自己否定の行為としてあるものだと理解しています。自分自身を殺さなければならないという極限の感情とそれに伴う行為を表現するには、「自死」という用語を充てるのは本質を曖昧にしてどこか「自殺」を美化するニュアンスが醸されると個人的には危惧します。基本的には医学用語としては「自殺」を用いるべきであると考えます。対策を論じる場合も「自殺予防対策」

というふうに自殺を用いるのが妥当と考えます。

ただ、自殺者の遺児や遺族は、「自殺」という言葉と事実の重みを受容することが難しいこともあって「自死」という表現を望む場合があるようです。この遺児や遺族の心情にも個人的には共感しますので、医学的に論じるのか、そうでないのか、遺児や遺族等当事者なのかどうか、などのさまざまな状況によって「自殺」と「自死」を使い分けてもいいかもしれないと思います。

「自殺」と「自死」の使い分けについて、NPO法人自死遺族総合支援センターが見解を述べています(註)。議論の参考にしてください。

<https://www.izoku-center.or.jp/media.html>

<https://www.izoku-center.or.jp/images/guideline.pdf>

ここでの回答はあくまで梅田個人の所感です。もっとも、少なくない精神科医を含む精神保健医療関係者はそれなりに共感されると思っていますが。

自殺を防ぐための「TALKの原則」というものがあります。カナダの自殺予防グループが考案したとされ、世界的に広まっています。日本精神科救急学会の精神科救急ガイドライン2015の表を一部改変して示します。(梅田忠斉、本誌編集アドバイザー)

#### 表：自殺を防ぐために覚えておきたい「TALKの原則」

- T Tell：心配していることを言葉にして伝える
- A Ask：「死にたい」という気持ちの有無について率直に尋ねる
- L Listen：「死にたいほどつらい」相手の気持ちを傾聴する
- K Keep safe：安全を確保する

**註：**「言い換えではなく使い分け」というタイトルでNPO法人自死遺族総合支援センターのHPに次の文章が載っている。

「自殺」を「自死」に言い換えては、という議論があります。2013年3月に島根県が県の「自殺対策総合計画」における表現をすべて「自死」に統一しました。

評価する声がある一方で、十分な議論がないままに言い換えが進むことに危機感を持つ人が多いことも事実です。

また、どのような考えに基づいて言い換えをすべきか、あるいはすべきでないのか、戸惑いの声も多く聞かれます。

私たちは、すべての言い換えには反対です。

自死・自殺には、様々な側面があり、総合的な観点から考えることが求められているからです。

実態に向き合い、様々な立場の関係者の心情をくみながら、丁寧に使い分けをすることが大切ではないのでしょうか。

そこで、2013年9月に当センターは「自死・自殺の表現に関するガイドライン」をまとめ、賛同する自死遺族支援や自殺対策に取り組む21の民間団体と共に関係諸機関に提言しました。参考にいただければ幸いです。