



親に相談する (神経症は遺伝する)

私は、症状がひどくないすぎるまで、症状のことを親に相談できませんでした。

なぜ、相談できなかったかというと、自分1人が家族の中で、精神病になってしまったと思い、精神病は、その当時は、今より世間で**偏見**があり、そのようなことは、**絶対、親に言えませんでした**。しかし、神経症は、遺伝する可能性が高いと思います。事実、結局、私の母も神経症、私の祖母も神経症で苦しんでいたことが、後になってわかりました。

自分1人で神経症の苦しみを抱えるのは、**とてもつらい**と思います。

早く、親に相談した方が良いと思います。