

今日のうつ病事情

精神科医長 坂井尚登

1. 自殺の問題

昨今、マスメディアにおいても「うつ病」という言葉を見聞きすることが多くなりました。とりわけ自殺率の高さがいつも話題となっています。1998年から現在まで自殺者数は年間3万人以上を上回っています。特に中高年の男性に多く、この年代の男子の平均寿命を引き下げたといわれています。一般的に自殺者の約9割に精神障害がみられ、その精神障害の4割強はうつ病関連と推測されています。対策としてうつ病のプライマリケアの重要性が指摘されています。うつ病にかかった人の4人に3人は医療機関を受診しておらず、受診しても精神科にかかる人は1割に満たないという調査結果があります。

うつ病の患者さんは最初に一般身体科を受診するケースが多くプライマリケア段階でのうつ病の早期発見、早期治療、精神科との連携などが強調される所以です。

2. うつ病の増加

うつ病は生涯有病率が約15%（女性が男性よりも多い）と発症率が高く、特殊な人がかかる特殊な病気ではありません。メランコリアとしてギリシャ時代から知られているいわば普遍的な病気です。このうつ病がここ数年急激に増えているといわれています。特に都市部では数十万人の増加ともいわれ、精神科・心療内科クリニックはかなりの順番待ちとなっているようです。本来、有病率はある程度一定のはずですが、なぜ増加しているのでしょうか。原因のひとつとしてうつ病のあり方が変わってきたことが指摘されています。これまでのうつ病では几帳面、生真面目な性格傾向がみられ、過度のストレスなどが誘因となり不眠、食欲低下、抑うつ気分などで発症するケースが大半でした。しかし、最近では以下のような症状を主として来院するケースが増えています。不眠、食欲低下のみならず過眠、過食がある、自責感より他罰傾向や空虚感がみられやすく衝動行為にはしりやすい、職場では具合が悪いが休日にはよくなるといったストレス回避の傾向がある、など。性格の問題と見逃されやすいのですが、うつ病の1型として認知されるようになってきました。従来のように休息、支持的療法だけでは改善しないともいわれます。病の表現型が変化している時代なのかもしれません。いずれにせよ、「現代型のうつ病」として急増し、医療的ニーズが高まっているのが実情です。

3. うつ状態の射程

身体疾患におけるうつ状態もクローズアップされています。例えば心筋梗塞や脳血管障害におけるうつ状態、うつ病がその典型です。また、これらの疾患によらず一般的に身体疾患におけるメンタルヘルスの問題は今後も広がりを見せていくと思われれます。愁眉の問題としては癌患者の精神的ケアが挙げられます。また、身体科と精神科の境界領域ではうつ状態の他に疼痛も大きな問題となっています。今後は栄養士、ケースワーカー、看護師、心理士、各科の医師などが共同でおこなう、いわば総合診療ともいべきチーム医療がますます必要とされると思われれます。うつ状態は今後の新たな医療形態への入り口となりうる射程をもった重要な領域となっています。

