

病をみつめて……

WHO（世界保健機関）の調査では、うつ病にかかる人は全人口の4〜6%と推定されている。しかし、医師や本人が認識していない例も多く、実際はそれをはるかに超える。DALY（※1）によると、うつ病は人類がかかる病気のなかで、将来的に2番目に多くなるといわれている。ここさつぽろ香雪病院では、先鋭のスタッフが、昼夜を問わず、真心のケアと最新の精神科医療を追い求めている。この物語は、そんな日々の束から紡ぎだされたものである。

眠れぬ日々― すぎる思いで心療内科へ

受付を済ませ、山本さん（仮名）が妻とロビーで待っていると「どうぞ」と医療相談室へ案内された。「ソーシヤルワーカーの前田です。診察前に、今日は何のようなお困りでしょうか？」

「42歳になる会社員です。去年の春に中間管理職になり、その頃から胃の辺りが重く、胃薬が手放せなくなりました。A病院の胃カメラ検査では「異常なし」と言われました。

もともと緊張したり、ストレスがたまる、胃の具合が悪くなるたちでしたが、今回は長く続いています。この春から管理業務が増え、残業の毎日でした。食欲が湧かず、気がつくとも体重が随分減っていました。夜中に何度も目が覚めて、熟睡できない日が続いています。以前は週末になると、家族でアウトドアを楽しんでいたのですが、最近体がだるく、何もする気がせず、一日中ゴロゴロしてばかり。子供も寄りつかなくなり、もう自分でも情けなくなりました。」

一週間経ち、幾分眠れるようになったが、体のだるさは相変わらずで、何にも興味が持てない。再度受診し、薬を変えたが、その後も良くならず、次にC病院を訪れた。主治医に薬を飲んで薬にならないことを話すと、精神安定剤を処方してくれたが、怖くなり、結局飲まなかった。数日後、新聞で心療内科の特集が載っていた。心療内科は、精神的なストレスが体調不良として現れた時に受診するところ。まさに自分のことだと思い、すぐに電話帳で調べた。『さつぽろ香雪病院―精神科・神経科・内科・心療内科・歯科』と目に飛び込んできて、すぎるような思いで病院へ赴いた。



抑うつ状態― 認めたくない思いが……

いよいよ診察室へ呼ばれた。医師は、先程ソーシャルワーカーが記載した問診内容に目を通してから彼に向き直り、「辛かったようですね。もう少し様子をお聞かせ願いますか。」

彼は好感を抱いた。

「山本さんは抑うつ状態になっていますね。仕事のストレスからきてい

るのかもしれませんが。不安を解消し意欲がでる薬、良く眠るための薬を出します。お薬でかなり楽になるはず。処方通りの服用では目立った副作用はありませんが、軽い眠気や、口が渇く人がいるので、ひどい時はすぐに連絡をください。一週間後また様子を聞かせてください。」

次号へつづく

（この物語はフィクションで、登場する人物は架空のものです）

※1. WHOはDALY (Disability Adjusted Life Year 障害調整生存年) という新しい指標で、死亡よりも障害に着目し、疾病が社会に及ぼす影響を評価している。

うつ病は、薬と対話で治す

「抑うつ状態」は、内科を中心とした一般診療科で日常的にみられる。おおまかに分けると、ひとつは生活上の深刻な事態に対する「心因反応」である。これは病気やケガで重い障害を残すとき、がんの告知後、あるいは身内との死別などで、患者本人および家族に起こりうる。もうひとつは、自然にあるいは誘因に伴って起こる心因のみでは理解できない「内因性うつ病」である。

診断の視点

1. うつ病が治療を必要とするものかどうか
主観的には判断がつかないことが多いので、本人との対話に加え、周囲からの聞き取りも考慮に入れ、医学的に重症度をみる。
2. うつ病が身体の病気に伴って起こったもの(身体性うつ病)であるかどうか
内分泌疾患、脳器質性疾患、ウィルス感染症、肝炎や糖尿病に伴って

起こることがある。また、降圧剤をはじめとする薬物によって生じることもある。老年期では、痴呆の前駆症状として出現するケースも多いので、経過をみる必要がある。

最初の訴えが必ずしも抑うつ症状とは限らない。特に、身体症状に精神症状が隠れている「仮面うつ病」は近年増えているので、精神科以外の診療科目でも特に注意が必要であろう。

留意すべき点は、「抗うつ薬」は飲み始めの頃には、効果よりも副作用の方が目立つ場合があるが、体中に薬が行きわたって効果がでるのに1〜2週間かかるのが普通である。効かないと途中で中断せずに、まずは処方どおりに服用して欲しい。しかし、特に辛い時は、必ず主治医に相談すること。

また、薬物療法と精神療法で、大多数の患者さんは1〜2ヶ月のうちに、客観的には発症前の状態に回復する。しかし、本人の中ではまだす

つきりしない時が多い。個人差はあるが、しかるべき時に完全に治る時がやってくる。周囲は、不用意に叱咤したり励ましたりせず、見守って欲しい。

うつ病は、軽症も含め、実感としてはかなりの増加傾向にあり、誰でも罹り得る病気である。病名よりも、治療の必要性をよく理解してもらるように病気の説明をするようにしている。早期発見、早期治療は精神・神経科も同じである。こんなことで受診して良いものかと悩まずに、まずは専門医の診断を受けることをお勧めする。

