様々なタイプのうつ病

医学部 精神・神経科学 専任講師 わたなべ こういちろう 渡邊 衡一郎

ここ数年、年間の自殺者は3万人を超え続け、交通事故の死者数よりも多い状況となっている。こうした自殺者の多くが、うつ状態にあったと報告されている。わが国のうつ病の生涯有病率は6・5%、すなわち15〜16人に1人がうつ病になるという、驚くような現状である。

うつ病は、憂うつな気分、もの悲しさ、意欲の低下、興味の喪失、食欲不振や倦怠感などが主症状である。種々の啓発や、著名人がうつ病であることを告白することによって、職場・学校で認知される疾患となった。

うつ病といえども様々なタイプがある。近い者の突然の死や会社のリストラなどによって誰もが一時的に反応性のうつ状態となることはあるが、典型的なうつ病は中高年層に多く、責任感や役割意識が強く仕事熱心で、自分を追いつめて発病する。その結果自殺につながりうる。

休養し、ストレスから遠ざかること、そして服薬で軽快しやすい。

最近、何か嫌なことや思い通りにならないことがあるとふさぎ込み、あえて休養をとりたいと思うような、異種のうつが出て来て、新型うつ病と称されたりする。そのうちディスチミア

親和型うつ病は青年層に多く、役割抜きでの自己愛と漠然とした万能感を持ち、挫折に際しては他罰的な傾向（〜のせいである）を示す。仕事には回避的となる。休養と服薬だけでは慢性化しやすく、どこからが病気でどこからが生き方が不明で、衝動的に自殺企図をしやすい。きちんとした精神療法が必要となる。

さらにはうつ病と診断されるが、実は双極性障害（躁うつ病）であったということが注目されている。双極I型障害は明確な躁とうつのくり返しで、暴力的に

なったり、一晩で大金を使ったりと誰が見ても明らかに異常な躁を経験するが、他方II型は、

ともすれば美談ともとれる軽躁（一晩で10万円使う、いろいろな誘いに参加する、3日間徹夜で作業する）などスーパーマン的な軽躁とうつとの組み合わせからなる。猛烈サラリーマンなどこれに当てはまることもある。

双極性障害は抗うつ薬で悪化することも知られており、うつ病との見極めが大切となる。またうつ病を繰り返し、治りにくいものの一部が実は双極性障害であったとする研究もある。

こうした種々のうつ病を前に職場や学校は混乱している。まずどのタイプのうつ病を見極め、本人のこれまでの経過、所属する組織への思い、そして周囲の本人に対する観察などを参考に、病状を多面的に捉えることで理解可能となる。