

小澤 寛樹

15

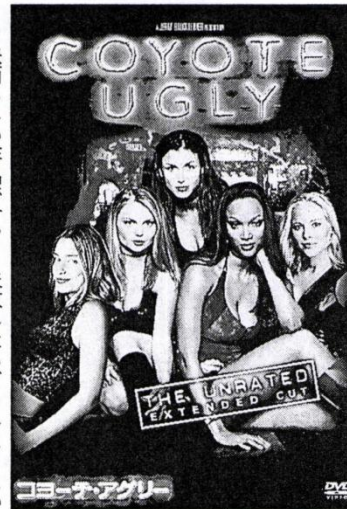
会議や披露宴など大勢の人の前で話すときに、声が震えたり、言葉が出なかったりする「スピーチ恐怖」。人と食事すると手が震える「会食恐怖」、人前で字を書こうとすると手が震える「書痙(しよけい)」、他人が聞いているところで電話に出られない「電話恐怖」。また、緊張すると赤面する、汗をかく、おなか

社会(社交)不安障害を描いた

「コヨーテ・アグリー」(2000)

手を夢見るアメリカの田舎の女の子。自分で曲を作って、音楽会社に送りますが音沙汰(さた)なしの連続。そこで彼女は父の反対を振り切って、あこがれのニューヨークへ旅立ちます。

しかし、彼女には歌手として致命的な悩みがあったのです。それはステージに立つと歌うことができないということ。結局、お金が底をつき「コヨーテ・アグリー」という過激なバーに勤めることになりました。ニューヨークに実在するバーを舞台に、名曲がちりばめられた、いかにもアメ



「コヨーテ・アグリー」のDVDジャケット(ウォルト・ディズニースタジオ・ジャパンから発売中)

人前での緊張は病の可能性

多くの場合、小、中学校で目立たず控えめな人が、思春期を迎えて他人を意識し、症状が発現することが多いようです。恥ずかしい、昇進、進学など社会生活に

社会(社交)不安障害を扱った映画

- ▽「アメリ」(2001年・フランス)
- ▽「ロッキー」(1976年・米国)
- ▽「ニコール・キッドマンの恋愛天国」(1990年・オーストラリア)
- ▽チャールズ・チャプリンの主要作品

治療はまず薬物療法が有効です。抗うつ剤SSRIを効果が出るまで(12週間以上)じつくり使用し、不安症状をできるだけ回避しないように生活するため、治療者から指導支援を受けることが大切です。脳科学的には、SADの人は情動などにかかわる脳の扁桃(へんとう)・体機能が過まり、不安に対してアレルギーがからまない状態になっていきます。薬物により、精神を安定させる神経伝達物質セロトニンの量が改善すると考えられています。治療がうまくいくと、人生が変わったと言っている人もいます。

向の人の中には社会から注目を浴びたくない一方、歌手、俳優、お笑い芸人、スポーツ選手、政治家などとして活躍する人々もいます。矛盾した思いが葛藤(かつとう)を生み、症状をつくり出します。葛藤は時として人生に立ち向かうエネルギーとなり、人々を感動させることにもなります。映画のストーリーはちよつと甘い気がありますが、もし症状があるのならヴァイオレットが勇気を出してバーの扉をたたいたように、まずは治療に臆病(おくびょう)にならず、立ち向かってみてはいかがでしょうか。

長崎大大学院医歯薬学総合研究科精神神経科学教授
長崎大精神神経科学教室のホームページのアドレスは、<http://www.med.nagasaki-u.ac.jp/psychtry/>