

小澤 寛樹

厚生労働省は昨年、重点的に対策に取り組む四大疾病（がん、脳卒中、心筋梗塞、糖尿病）に、新たに精神疾患を加えて五大疾病としました。その精神疾患の主なものが入うつ病で、患者は100万人以上といわれています。この邦画はうつ病の特徴と、家族が必ず悩む「患者とどう接したらいいか」ということを教えてくれる作品です。

うつ病を丁寧に描く

「ツレがうつになります。」(2011)

そんな幹男がある朝、寝ていた漫画家の妻、晴子（宮崎あおい）の元にやってきて「お弁当が作れないよ。何もできない」「頭が痛い」「死にたい」と言い出し、妻に促されて受診すると、うつ病と診断されます。仕事のストレスのために会社恐怖を感じながら、「辞めるとみんなに迷惑をかける」と葛藤していたのです。晴子は夫のうつ病に気がなかつたことを謝りながら、「会社を辞めないなら離婚する」と告げます。幹男は退職して家で休養しますが、症状は思うように改善しません。



「ツレがうつになります。」DVDジャケット
(キヤノンから販売中)

「心の風邪」症状さまざま

一方、貯金が底をつきかけた晴子は漫画誌の編集部へ行き、「ツレがうつになりました」仕事を「ごめん」と頭を下げます。そして、「頑張らないぞ」をモットーに夫と自分の現実を受け入れ立ち向かっていくのです。

一方、貯金が底をつきかけた晴子は漫画誌の編集部へ行き、「ツレがうつになりました」仕事を「ごめん」と頭を下げます。そして、「頑張らないぞ」をモットーに夫と自分の現実を受け入れ立ち向かっていくのです。

①眠れない。朝早く目が覚める。出社前の午前中が不調で夕方になると気分が楽になる（日内変動）。
②好物にははしがつかない。食欲低下。体重が低下する。
③疲れやすい。口の渇き、動悸（どうき）、便秘、下痢、めまい、しびれ、発汗など身体症状があるが、血液検査しても異常がない。
④趣味に興味が湧かない。物事を決断できない。
⑤「泣けてくる」といった悲しい気持ちが一カ月以上持続する。
⑥ときに怒りっぽく、イライラして他人に当たる。
⑦仕事や性欲、生きていくことにささめも意欲がなくなる。

映画には、これらのことが全て盛り込まれていますが、料理を作る幹男が味が分からなくなると塩を振りかけるという描写が、逆休養や薬物

覚める。出社前の午前中が不調で夕方になると気分が楽になる（日内変動）。
②好物にははしがつかない。食欲低下。体重が低下する。
③疲れやすい。口の渇き、動悸（どうき）、便秘、下痢、めまい、しびれ、発汗など身体症状があるが、血液検査しても異常がない。
④趣味に興味が湧かない。物事を決断できない。
⑤「泣けてくる」といった悲しい気持ちが一カ月以上持続する。
⑥ときに怒りっぽく、イライラして他人に当たる。
⑦仕事や性欲、生きていくことにささめも意欲がなくなる。

私はずうつ病患者さんと話すと、回復の過程を骨折に例えます。骨が折れば、腫れ、痛みがあります。入院し手術し、ギプスをはめて1、2カ月休養します。骨がつかなくても、すぐには歩きだしません。歩行訓練をし、やせた筋肉を取り戻すことが回復の第一歩です。焦れば、元の状態に戻ります。完全復帰には数カ月から半年かかるのが標準的です。

以前、神経は回復しない細胞といわれていたことが、最近の研究では骨や筋肉のように外的なストレスで傷つき、逆に休養や薬物療法で改善することが分かっていたのです。映画で幹男は復職はせず、違う道を歩み始めますが、多くの患者は復職で苦勞しています。精神科の分野では復職支援の「リワークプログラム」が盛んになりつつあります。例えば、図書館を会社と見立てて、朝起きて弁当を持って、出社します。その日のテーマを考えて資料の整理などを行います。お昼を食べ、退社。時間までまた模擬仕事をするというイメージです。精神医学もリハビリテーションの時代を迎えつつあるので

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/>

（長崎大大学院医歯薬学総合研究科精神神経科学教授）