



向精神薬は使わないが、漢方薬やハーブ、鍼灸などを積極的に用いて心の症状を和らげることはある

「本家の精神科は、統合失調症や大うつ病といった重い精神疾患を診るところです。薬を使わないと命にかかわる人がいて、初めて投薬が検討される。ところが今は、人間関係がうまくいかない、仕事にやる気が起きない、失態したなど、誰でも経験するようなことをきっかけに心の不調を訴える人に対して、精神科医

40代の男性Aさんは、半年ほど前から内海医師のもとで治療を続けている。受診のきっかけは気分が沈む、眠れない、体がだるいといった症状だった。

は簡単にうつ病などと診断し、安易に向精神薬（抗うつ薬、抗不安薬など）を処方するケースが多いのです。薬の作用で重い精神疾患を引き起こす恐れがあるにもかかわらず、です」

「通勤に片道2時間かかるため、朝は5時に起き

て8時に出社。夜は10時まで残業し、深夜に帰宅。そんな長時間労働をずっと続けていました。性格的に内気なところがあつたため、誰にも相談できず、ずっとその状況に耐えていた。それが症状に現れたと考えられました」（内海医師）

「現代人の抱える症状は、仕事や家庭、借金など、社会的な問題が引き金になつているわけですから、そこと向かい合うのが先決です。海医師」

女性にうつ病を訴える背景に、パートナーの暴力（DV）があるケースも。そういう場合は、専門の団体やシェルター、弁護士を紹介する。女性が相手から離れて自立すると、症状は改善されるといふ。

「現代人の抱える症状は、仕事や家庭、借金など、社会的な問題が引き金になつているわけですから、そこと向かい合うのが先決です。海医師」

「現代人の抱える症状は、仕事や家庭、借金など、社会的な問題が引き金になつているわけですから、そこと向かい合うのが先決です。海医師」

診察室は広々としていて、いたってシンプル。内海医師はここでじっくり患者と向き合い、心の症状を引き起こす原因を探っていく



### 伊藤隼也が行く！ニッポンの医療現場 第26回

## 問題だらけの精神医療 I 現代人のうつや不安は抗うつ薬では治せない!?

今月から2回にわたり、山積する日本の精神医療の問題を取り上げる。第1回のテーマは「精神科の早期受診の弊害」。精神科がメンタルクリニックと名乗るようになったことで、かつてより気軽に受診できるようになった。しかし、それがかえって多くの弊害をもたらしていることをご存じだろうか。

10年で患者数2.4倍！  
異常な増加の意外な背景  
ストレス社会が叫ばれて久しい昨今、一大社会問題となつているのが、うつ病など心の病気になる人の増加だ。2008年の患者調査（厚生労働省）によると、うつ病や躁うつ病などで医療機関を受診した人の数は約104万人。10年前の約2.4倍である。