クリニックでは鍼灸なども行われるため、壁には鍼灸の経絡（けいらく）治療の図。クリニック名に付く「DD」とは「drug deprivation（断薬）」の略

転載・二次使用禁止

医療ジャーナリスト
伊藤隼也が行く！
ニッポンの医療現場 第43回

「問題だらけの精神医療」から1年半

向うつ薬・抗不安薬の断薬を専門とするクリニックも登場

昨年、2回にわたって取り上げた精神医療の問題（2、3月号）では、安易な心療内科などへの受診が、安易な処方を招き、その結果、薬物依存（薬物中毒）に陥る危険性をレポートした。あれから1年半あまり経ち、現場はどう変わったのか。改めて精神医療を取材した。

強い依存と副作用 キケンな向精神薬

働く若者のうつ病や自殺が増えていることが問題となって久しい。ある調査では、精神の不調で1カ月以上欠勤・休職している社員がいるという上場企業の割合は、なんと6割以上。とくに目立つ年齢層で「20代」「30代」を挙げた企業が5割弱もあった。

一般に、こころの不調で悩む若者が健康を取り戻そうと向かう先は、市中のメンタルクリニックや心療内科であることが多い。レントゲン検査や血液検査の結果で確かめられないこころの不調は、本来、熟練の専門家が時間をかけて注意深く話を聞き、診断すべきものだ。だが、乱立するこうした医院のなかには、患者の「眠れない」「仕事に行きたくない」などのうつ状態の訴えを、短時間の問診で「うつ病」と診断し、向精神薬（抗うつ薬や抗不安薬など）をいきなり処方するところも。当然だが、「うつ状態」と「うつ病」は全く違うものだ。

いとう・しゅんや●医療ジャーナリスト・写真家　国内外問わずさまざまな医療現場を精力的に取材し、患者中心の医療実現のため活動中。テレビ・雑誌・書籍など、多数のメディアでより良い医療のあり方を追求・発信し続けている。 http://shunya-ito.tv　Twitter＝@itoshunya

しかし、2012年2、3月号の本連載でも述べたように、向精神薬は安易に用いる薬ではない。なぜ向精神薬がキケンなのかこれまでの取材で分かったことは、大きく二つある。一つは薬の作用で重い副作用を引き起こす恐れがあること、もう一つは薬をやめられなくなる依存性があることだ。向精神薬の薬物問題に詳しい内海聡医師は言う。

「向精神薬の副作用にもかかわらず、病気のせいだと別の向精神薬を加える。そうして多剤処方による『薬漬け』にされた患者さんが、現に数多くいます」

クリニックの隣にあるNPO法人薬害研究センターには、精神科関連の動画や書籍などが閲覧できるコーナーがある

さらに、内科医の立場からこうも指摘する。

「抗うつ薬のなかには脳出血や肝障害、肥満、糖尿病などをもたらすものもあり、女性ではホルモンバランスが乱れて月経異常が起こることもある。体にとっても非常に危険な薬です」

この抗うつ薬の問題については、昨年7月、日本うつ病学会が治療ガイドラインを公表。軽症うつについては、「無用な有害事象に患者をさらし（中略）、本来の症状よりも治療そのものが就労や集学、家事などにおいて重荷になる」として、安易な投薬を避けるよう求めた。ただ、今のところ、明らかに投与が減っている様子は窺えず、向精神薬の過剰投与は相変わらず続いている。

サプリとサウナで解毒効果を高める!?

そんななか、今年4月、抗精神病薬の断薬を専門とする、日本で初めてであろう医療施設「Tokyo DD Clinic」が、東京・御徒町に開業した。

クリニックに入ると、中央に受付や待合のソファが置かれ、その奥に診察室がある。一見、普通の医療機関と何も変わらないが、ここでは通常の診療は受け付けておらず、薬を断つことだけを目的にしている。

ここでは、いったいどんな治療が行われるのか。同クリニックの院長、内海医師は次のように話す。

「まず、医師による時間をかけた念入りな問診を受け、薬の数や量を減らしていきます。また、定期的な採血で、薬の血中濃度や肝機能、腎機能、ホルモン状態などをチェックしていきます」

さらに、薬の解毒効果を高めるため、多量のビタミン、ミネラルを服用する「栄養療法」や、汗を出して体内にある薬の成分を抜く「低温サウナ療法」を並行する。

内海医師によると、栄養療法は、海外で実践されている麻薬や覚醒剤などによる薬物依存のためのデトックス（解毒）プログラムを応用。脳内物質の生成を助けるビタミンやミネラルなどを多めに摂ることで、薬の作用で枯渇した脳内物質を増やす効果などが期待されている。低温サウナ療法は汗をかくことによる解毒効果はもちろん、減量によって脂肪が分解されることで、脂質に含まれる脂溶性の有毒成分をも排出させることが可能だという。

また、薬を抜くときに起こる頭痛や肩こりなどの症状には、代替医療の漢方や鍼灸を用いる。

「治療期間の目安は、半年から長くても9カ月ぐらい。断薬が成功したら治療は終了です。断薬率8割以上を目指します」（内海医師）

ある有名な精神科病院で統合失調症の治療を続けていた30代女性は、内海医師のもとで断薬に成功（治療は前クリニックで実施）した。投薬中は働くことが全くできない状況だったが、薬を抜いた現在は再就職し、大手企業の重要なポストで働く。ちなみに、この女性の初めの訴えは、月経前に起こるPMS（月経前症候群）と前職場でのストレスによる突発的なイライラなどだった。「そんな些細なことで？」と思うかもしれないが、安易な向精神薬投与の恐ろしさはここにある。

栄養療法で用いるサプリメント。29種類の栄養素が含まれる。袋一つで30日分

断薬は正直に言って、かなりきつい治療だ。それだけに患者の強い意志と家族などの協力が欠かせない。また、意志を貫くためには、向精神薬の問題について深く理解する必要がある。クリニックではいくつかの書籍を読むことを治療の前提としているが、見方を変えると、そこまでしないと治療が成功しないとも言える。

そもそも、これらの責任は、「世界一向精神薬を処方する」とも言われる医療現場を放置している厚生労働省にあるのはいうまでもない。早急に対策を講じるべきだ。

写真／SHUNYA ITO©　取材協力／山内リカ　協力／Tokyo DD Clinic　HP／http://tokyo-dd-clinic.com