

# 心の健康問題の今、 そして東日本大震災

松岡 洋夫◎文  
text by Hiroo Masuoka

## ◎心の健康問題についての世界的な動き

現在、世界規模で心の健康問題に取り組む重要性が指摘されており、二〇〇九年には世界メンタルヘルス・サミット(アテネ、

## 表 心の健康問題に関する重要な知見と動き

- 1.精神科での受療患者数がこの10年間で1.5倍以上に増加した(厚生労働省)。
- 2.先進国では精神疾患による負担(疾病により生命や生活の質が失われるが、これらを包括的に測定するための指標として“障害調整生存年数DALY”でみると)は全疾患中20~40%を占める(世界保健機関)。
- 3.我が国での自殺者数は1998年以降年間3万人以上で続いており、最近では交通事故死者の6~7倍に相当している(警察庁)。
- 4.従来の医療計画制度ではがん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病が重視されていたが、2011年から精神疾患もようやく加わり“5疾病”が重点化された。
- 5.若年成人の精神疾患の75%は、11~18歳で何らかの精神的变化を示す。
- 6.宮城県は東日本大震災後の2011年12月に「みやぎ心のケアセンター」を開設し、加えてそれを後方支援する「予防精神医学寄附講座」を東北大学に寄附した。
- 7.宮城県精神保健福祉審議会では「ユース・ジェネレーション(若者)に対する精神保健施策の充実」に関する作業部会を全国に先駆けて2009年に設置し、若者の心の健康問題への包括的取り組みに着手した。

## ◎我が国での心の健康問題

二〇一〇年には国際若者の心の健康会議(メルボルン)が開催されています。その理由として、この領域における世界の取り組みが遅れていることに加えて、社会の発展に伴い心の病いを抱える人の数が急増し(表の1)、先進国ほど心の病による国の負担が増え続けているからです(表の2)。この問題を解決するには、子供から老人までのあらゆる世代を通して、心の健康問題に対する予防への視点での対応が強く叫ばれています。

日本では二〇〇六年に自殺対策基本法が制定され国をあげて自殺問題に取り組んでいるのですが、先進国の中では最悪の自殺率が続いたままです(表の3)。さらに本格的な“超”少子高齢化時代に突入し、心の健康問題はさらに深刻化・複雑化しています。こうした問題に対する我が国の取り組みは大変に出遅れていましたが、二〇一一年に国の医療計画制度に精神疾患を加えることになり(表の4)、さらに近々にこ

ころの健康を守り推進する基本法(仮称)が制定される可能性ができており(<http://www.cocorosaisaku.org/>)、出遅れた我が国での心の健康問題によりやく光が当たろうとしています。

## ◎東北大学病院精神科の取り組み

心の病いの多くが小児、青年、若年成人で何らかの徴候を示すこと(表の5)、若者の自殺行動が小児期での学校や家庭での問題で予測できることなどが明らかになり、若者の心の問題に焦点を当てた予防への対応が緊急課題となっています。心を病んでいる若者は専門的治療を受けることが少なく、さらに差別や偏見を体験し、時に自殺に至る場合もあります。そうした人生早期でのつまずきは、その後の学校、仕事、対人関係、結婚など人生全般にわたり大きな影響を及ぼします。東北大学病院精神科では、全国に先駆けて二〇〇四年に若者の心のリスク外来を立ち上げて、重症の精神疾患の予防対策に積極的に取り組んできました(<http://safe-youthcentre.jp/>)。

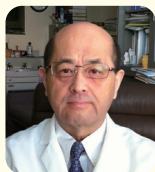
精神科医のみならず臨床心理士なども加わり、特に心理的、社会的視点を重視して対応しています。

## ◎心の健康問題と東日本大震災

二〇一一年三月の東日本大震災では多くの犠牲者を出し、さらに被災者の心には

大きな傷が残りました。急性期を過ぎた現在も、被災者の多くは生活、学校、仕事などさまざまな場面での問題を抱えており、不眠、不安、身体的不調はもとよりPTSD(外傷後ストレス障害)、うつ病、アルコール問題などに注意を要します。東北大学病院精神科は震災直後のみならず、約一年経った現在でも大学病院での対応はもとより、被災地での支援活動を精神科医、看護師、臨床心理士などが継続しています。かつての神戸や新潟での大震災と同様に、今後五年、十年と被災者への精神的支援を継続していく必要があります(表の6)。

最後に、心の健康問題は精神科医だけが関わるのではなく、家族、友人、社会全体が取り組む課題であり、さまざまなレベルでの多くの相談・対応の窓口が必要です。気軽に相談できる体制やネットワーク作りを今後さらに推進していきたいと思えます(表の7)。



松岡 洋夫(まつおか ひろお)  
1952年生まれ  
現職/東北大学大学院医学系研究科  
精神神経学分野 教授  
(東北大学病院精神科長)  
専門/精神医学  
関連ホームページ/  
<http://www.psytohoku.ac/>