

こころ の 健康

気分障害について その3 メランコリー親和型という古典

千葉県医師会 ねもととよみ 根本 豊實 医師

最近うつ病が新型に変化したと言われますが、何と比べて新しいのかというと、それは「メランコリー親和型うつ病」と呼ばれるものです。

60年代初頭、ドイツのテレンバッハという学者が「メランコリー親和型うつ病」という学説を提唱しました。このタイプのうつ病は60年代から90年代にかけて、内因性単極性うつ病をどのように理解しどのように対応すればよいのか、という新しい基本的な考え方を一気に世の中に広めたといえます。

その内容は、それまではうつ病を「内因性か、心因性か」に分け、どちらかの捉え方で理解しようとしていましたが、それとは別の方法で「一見心因性とみられるが実際は内因性であるうつ病」を理解する可能性を示すものでした。この学説は、病前性格（病前の本人の性格）、発病状況（病気になったきっかけの有無）、治療的対応の3つの側面を含みます。

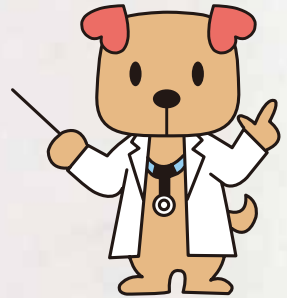
まず、病前性格としては、几帳面、秩序愛（何よりも秩序を重んずる）、他者配慮性（自分のことは忘れて周囲の人に気を遣う）の3つの傾向を併せ持つ性格と考えられました。

次に、発病状況は、転職や引っ越しや家族との死別など、一言でいえば「秩序の大きな変化」とまとめられます。例えば昇進や待望のマイホームへの転居など、常識的には喜ぶべきことも秩序の変化という意味で発病の状況因となりうるのです。

以上の2側面をまとめれば、几帳面な人が親しんだ秩序を離れて新しい秩序に入ろうとして、周囲の人に迷惑をかけることもできず独りでがんばるが、悪循環的に課題は増大し、次第に課題をこなし切れなくなっていく…、結果としてひどく疲れがたまり活力を失っていき、うつ病発病の一線を越えてしまうということになります。

最後に、治療的対応ですが、その要点は、心理的には浅い介入にとどめて、休息に入ることを勧め、回復することを保証し、薬物療法を躊躇なく行うことです。それまで無理を重ねてきたので、「頑張らないこと」とアドバイスすることも必須でした。実際にもこのタイプのうつ病は、以上の対応で回復する人が大部分でした。

今回は、「メランコリー親和型うつ病」が終息したように目立たなくなり、変わって目立ち始めたうつ病である、いわゆる「新型うつ病」について解説します。



*内因性単極性うつ病: 内因性の気分障害で、躁病相がなくうつ病相のみがみられるもの。