

KARTE カルテ



長時間労働や人間関係によるストレスなどでうつ病を患い、離職を余儀なくされるケースが後を絶ちません。厚生労働省の調査では、うつ病を含めた精神疾患の患者は約419万人(2017年)に上り、増加しています。原因や治療法を専門医に聞きました。

職場関連の「うつ」

うつ病は長期間にわたり気分が落ち込み、興味や喜びを感じられなくなる精神的な病気です。学校や仕事に行けない、家事ができないなど、日常生活が困難になる状態です。

一般的な診断基準として使用されるのは、米国精神医学

会が発行する「DSM-5-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル」です。「抑うつエピソード」の診断基準に含まれる患者はさまざまで、診断基準に該当してもそれだけで治療方針を立てることは難しいです。
双極性障害(そううつ病)

個人と環境、要因特定が重要

の抑うつ状態、身体疾患やアルコールなど精神作用物質による抑うつ状態、知的障害や発達障害、パーソナリティ障害が基盤にある二次的な抑うつ状態などの可能性を考え、患者ごとに治療方針を立てることが重要です。

うつ病の治療は、精神療法、

そして回復が難しい場合、復職を目指す「リワークプログラム」を検討することもあります。自己分析レポートを作り、どうすれば不調を来さず就労を継続できるか、職場とともに考えます。知的障害や発達障害が判明した場合、障害者雇用や就労移行支援な

どの障害福祉サービスを検討することもあります。

薬物療法、環境調整を組み合わせて、うつ病を来した要因に着目し介入します。性格や能力、遺伝、発達特性といった患者の個人要因と、仕事の業務内容や量、対人関係、役割といった環境要因があります。それぞれの要因を特定することが重要です。

「うつになつたのは患者(あるいは職場)の問題だ」となること、労使の対立構造になり、問題解決がより困難になってしまうと、人によって立場が違えば言い分は異なるので、まずは現状を共有し、話

し合って解決を図りましょう。日常生活に支障が出てきたら、精神科・心療内科で相談してください。

(兵庫県精神神経科診療所 協会、鎌田雄輝 姫路市日出町3、かまたこころのクリニック院長)

◇第1、3、4日曜に掲載します。