

2009年4月号 ひろいところのせかい

こころの病気ってどんなのがあるんですか？

精神を病むことで起こる病気としてみなさんはどんな病気を知っていますか。ストレス、不景気、雇用不安、など仕事や将来、経済に関する不安から「うつ病」が発生することはよく知られています。また、聞こえるはずのない音が聞こえたり、現実的でない考えを信じ込んでしまったり、考え方が被害的になることがあるある病気は「統合失調症」と呼ばれています。もちろんこれだけではありません。こだわりが強くてどうしようもなくなる「脅迫性障害」、やめなきゃと分かっているけどやめることができない「依存症」、仕事が長続きしない「適応障害」、突然不安におそわれる「パニック障害」やあがり症と呼ばれる「社会不安障害」、さらには子どもの「自閉症」から老人の「認知症」などなど、本当に多くの種類の病気がこころのせかいにあります。

なぜこころが病気になるのですか？

こころの病気にはその原因があるものと、特に原因もないのに突然発症するものがあります。「うつ」ひとつとってみても、生活上のストレスが原因になっている時もあれば、何も困ることがないのになんとなく元気がなくなり「うつ」になる方もいらっしゃるでしょう。また女性ではホルモンのバランスの崩れから更年期の「うつ」になる事もあります。その逆に、同じ原因から別の病気、例えば「仕事が辛い」ということから「うつ」になるかと思えば、その辛さから逃げようとした結果「アルコール依存」になったりと、こころの病気の成り立ちには一定の法則などはないようです。しかし、ただ一つ言えることがあります。それはそのようなこころが病んだ状態になった時にはその人の脳のバランスが崩れているということです。

脳のバランスが崩れているってどういうことですか？

脳は何億という神経が集まってできていて、体の行動を制御するコンピュータの役目をしています。そして、その神経どうしの働きの調和が「こころ」という神秘的な状態、つまり「精神状態」を作り出しているのです。しかもそれを構成している神経と神経の間にはすき間があり、情報を正確に伝えるため「情報伝達物質」が行き来しています。その「情報伝達物質」に問題が起こると脳全体のバランスが崩れ、脳の機能が低下して、「こころ」が病むことになるのです。

こころの病気は治りますか？

病院では環境の調整や、話しを聞くことでストレスの軽減を行いながら、この伝達物質の状態を薬を使って立て直し、こころの病気を改善しようと試みます。今後、数回に渡り、こころのせかい、特に病気とその治療について一緒に勉強していきましょう。