

脳科学が「うつ」を変える!!

4/7/2012

北村社会福祉士事務所

代表 北村弘之

人間は誰しも、生活環境や仕事の環境変化で「うつ」状態になることがあります。症状が軽い人もいれば、倦怠感から身体を動かすことが大変な方もいます。すでに、日本では 100 万人を超える患者がおり、薬療法を間違えて死に至ることもあるようです。そんな、「うつ病」の診断と治療に画期的な方法が最近出てきましたのでご紹介したいと思います。

診断と治療方法には、従来の精神臨床では考えられなかった「脳科学」によって病気が解明されたことです。つまり、従来は「心の病気」と思われてきたものが「脳の病気」だと分かったことです。これにより、誤った診断を防ぎ、効果的な治療が可能になりました。

下記は NHK「ここまできた!うつ病治療」(2/12/2012 放送)を観たことで得たものを記しました。(詳細は、専門家に確認する必要がありますので注意してください)

1. うつ病を見分ける

うつ病の診断はこれまで、医師の問診によって行われてきたため、医師の経験により、診断にバラツキがありました。例えば、「そううつ病(双極性障害)」の人が診断を間違えられて「うつ病」と診断され、抗うつ薬を飲み続けると、薬で気分が高揚しすぎ、場合によっては自殺行為に走るものがあつたりするようです。

新しい検査は、光トポグラフィーというものです。脳のある特定の部分の血液の流れを調べることで、「うつ病」「そううつ病(双極性障害)」「統合失調症(旧名 精神病)」の判断がかなりの確率で診断できるようです。まだ先進医療として研究しているので、全国には 14 か所の病院等でしかできないですが、いずれ実績ができ拡大していくことでしょう。

テレビの映像では、病名がはっきりしたことで、治療に前向きになった人が紹介されていました。また 10 年以上、そううつ病と誤診され、薬物療法で改善しなかった人は、この装置でうつ病と診断され、正しい薬を服用したことで回復していった様子が出ていました。

当事者にとっては、誤診によって自分や家族の生活が台無しになっていたものが、遅まきながら活路が見えてきたことは大変よいことです。この装置と診断できる医師の拡大、そして「心の病気」と称したものを払拭したいものです。

2. 画期的な治療方法 TMS の出現

米国では、経頭蓋磁気刺激(TMS)という装置を利用した、画期的な治療方法が紹介されていました。これは、脳の中にある「扁桃体(不安や恐怖や悲しみをつかさどる場所)」を抑制する DLPFC と呼ばれる部位に刺激するもので、毎日 40 分間、1 カ月治療することで約 70%の人に改善が見られたというものです。テレビの映像では、患者の顔の表情は、治療を受けてから豊かになっていく様子が見え分かりました。残念ながら、日本ではまだ治療装置と医師はいないようですが、これも光トポグラフィーと同様、うつ病等の病気診断と治療に大きく貢献するものと思われます。

3. 言葉の力で治す

比較的症状の軽いうつ病の人を対象に、「認知行動療法」が映像で紹介されていました。これは高度なカウンセリング(精神医や臨床心理士)により、脳のDLPFCを鍛えるというものです。具体的には、脳の中にある不安や恐怖や悲しみをつかさどる扁桃体を抑制するDLPFCと呼ばれる部位を鍛えることで、改善を図るというものです。まだ、治療できるスタッフは少ないようですが、これも新しい治療方法として確立していくことでしょう。

4. 最後に

脳科学にしろ、認知行動療法にしろ、長年患っていた症状が改善し、日常生活に笑顔が戻ることは大変うれしいことです。今後の診断方法と、治療方法の早い確立と普及を望みたいものです。 以上