

症状としての 「自殺願望」

皆さんにとって、いま直面している問題ではないと思います。しかし、日本では年間3万人を超す「自殺」の現実があります。これを「他人事」と考える方も、将来自分に降りかかるかもしれないと不安に感じる方も居られるでしょう。いずれにしても「死にたい気持ち」への対応が必要になる可能性は誰にもあります。

日本で自殺が急増したのは約10年ほど前からです。バブルが崩壊してリストラによる失職や過重労働などが中高年の男性の自殺者増加の原因と考えられています。その他に家庭の問題、学校の問題、男女の問題、健康問題など様々な原因や動機があるといわれます。

一つ一つのケースについて詳しく調査した結果、かなり高い率でうつ病をはじめとする精神疾患にかかっていたことが推定されました。実際に、今多くの医療機関で使われている診断基準の本によれば、うつ状態には「反復的な自殺への思い、自殺企画、または自殺するためのはっきりした計画」という症状があると書いてあります。

これは医療面からの自殺予防が

有効なことを示しています。うつ病についていえば新しい抗うつ薬の開発により、以前に比べて効果も大きく副作用も少ない治療が可能となつていきます。そうは言つても精神科はしきいが高いと思われ、る方も多いでしょうが、最近の精神科クリニックは気軽に訪れる患者さんが多くなつていきます。

病気が直接の原因じゃないといわれそうなケースもあります。上司のパワハラ、過重な労働、激しいいじめや多重債務などで追い詰められた場合です。こんなときは医療機関による対応だけでは解決しません。関係機関の協力が必要になります。

自殺予防は国を挙げての課題になつていきます。この悲しい出来事を少しでも減らすことができるように願つていきます。

文 ひまわりクリニック

奥谷 雅生先生