

心療内科を 知っていますか？

現代はストレス社会といわれています。高度の機械化の進展、価値観の多様化、家庭環境の複雑化に、最近では経済不況に伴う労働環境の悪化等、私たちのストレスはさらに増加傾向にあります。このようなストレスや、人間関係などが、多くの内科的な病気の発生や経過に重要な意味をもつことが、明らかになってきました。

心療内科とは、内科的な病気について身体面だけでなく、心理面をも含めた全人的な立場から病気の診断や治療を行う診療科です。

事例 40歳男性(Aさん) 会社員

医師 「どうなさいましたか。」
Aさん 「最近、食欲がなく、胃のあたりも痛いので、医療機関で胃カメラなどの精密検査を受けまし



た。軽い慢性胃炎と診断され、胃炎の薬を内服してはいますが、どうしても症状がよくなりません。」
前医にて精密検査を受けられているため、さらに詳しく症状をお伺いし、心療内科的な診療をいたしました。
まず、生活歴をお伺いしました。
Aさんは、現在の会社で営業の仕事約20年され、成績も良く、上司からも部下からも信頼されて、2年前に課長になりました。しか

し、会社全体の経営不振もあり、部下もリストラされたりし、責任も仕事量も非常に多くなっています。さらに最近では、寝つきも悪く、寝た気がしない、頭が重いなどの症状もありました。これらのことから、うつ状態にあると考えられ、心理テストでも、うつ状態を示しました。

Aさんは、消化器内科的には慢性胃炎ですが、うつ状態という心理的要因が強く症状に関係していました。(仮面うつ病的)

このため、Aさんには、胃薬に加えて、軽い抗うつ薬と精神安定薬を出しました。(薬物療法)

また、実際の仕事のやり方について、仕事に対するやりがいについて、気持ちのゆとりについて話し合ったりしました。(心理療法)

これらの治療により、Aさんの自覚症状は良くなりました。

このように心療内科は、身体と心を分けないで診る内科です。では、心療内科では具体的にはどのような病気を診療するのでしょうか。

ほとんどすべての内科的な病気について、心身医学的(心療内科的)な治療方法は多少なりとも必要です。したがって、慢性胃炎、

胃・十二指腸潰瘍、気管支喘息、頭痛、めまい、過敏性腸症候群、高血圧、低血圧、不整脈、狭心症、糖尿病、関節リウマチ、甲状腺機能亢進症など、さまざまな症状・病気を診療いたします。

前記のような身体疾患の中で、その発生や経過に心理社会的因子が密接に関与している病気の状態を心身症といえます。(病名ではありません。このような心身症をはじめ、自律神経失調症、不定愁訴、摂食障害、慢性疼痛、パニック障害、実際には不眠、軽症うつ病、仮面うつ病、神経症なども診療しています。

心身両面からの診断によって、身体症状の背後にある精神生活や生活のあり方のひずみなどが明らかになった場合には、身体的な治療と並行して心理的な治療を行うことが有効です。

最近では、職場の心身両面にわたるトータルな健康づくり、メンタルヘルスの重要性も強調されてきています。自覚症状に自分ひとりで悩むことなく、気軽に医療機関を受診しましょう。

(医師会)