

【2021年3月18日発行】

-----今回の話題-----

## 双極性感情障害

-----

- ・ 今回は「双極性感情障害」という疾患のお話をお届けいたします。

「双極性感情障害」は、WHOが作成した国際疾病分類（ICD-10）では、  
F 3：気分（感情）障害に、分類されます。

「双極性感情障害」は、ハイテンションで活動的な躁状態と、憂うつで無気力なうつ状態をくりかえします。躁状態になると、眠らなくても活発に活動する、次々にアイデアが浮かぶ、自分が偉大な人間だと感じられる、大きな買い物やギャンブルなどで散財するといったことがみられます。

躁状態ではとても気分がよいので、本人には病気の自覚がありません。そのため、うつ状態では病院に行くのですが、躁のときには治療を受けないことがよくあります。しかし、うつ病だけの治療では双極性障害を悪化させてしまうことがあります。本人だけでなく、周囲の人も、日頃の様子や気分の波を見守り、躁状態に気づくことが大切です。

### (1) 双極性感情障害はうつ病と同様の病気か？

「双極性障害」はかつて「躁うつ病」といわれていました。そのこともあってうつ病の一種と誤解されがちでしたが、実はこの二つは異なる病気で、治療薬も異なります。

## (2) 双極性感情障害の頻度

日本における双極性感情障害の患者さんの頻度は、0.4～0.7%といわれています。1,000人に4～7人弱ということで、これは100人に10人弱といわれるうつ病に比べると頻度は少ないといえます。

しかしながら、日本では本格的な双極性障害の調査が行われていないため、この数値が確かなものかどうかは議論があります。欧米では双極性感情障害の有病率は2～3%といわれています。

## (3)「躁状態」のサイン・症状

- ・寝なくても元気で活動を続けられる
- ・人の意見に耳を貸さない
- ・話し続ける
- ・次々にアイデアが出てくるが、それらを組み立てて最後までやり遂げることができない
- ・根拠のない自信に満ちあふれる
- ・買い物やギャンブルに莫大な金額をつぎ込む
- ・初対面の人にやたらと声をかける
- ・性的に奔放になる

躁状態の時は現実離れした行動をとりがちで、本人は気分が良いのですが周りの人を傷つけたり、無謀な買い物や計画などを実行してしまいます。

再発しやすい病気なので、こうした躁状態をくりかえすうちに、家庭崩壊や失業、破産などの社会的損失が大きくなっていきます。

躁とうつの繰り返しを治療せずに放置していると、だんだん再発の周期が短くなっていきます。躁状態では本人は気分が良いので治療する気にならないことが多いため、周りの人が気づいて早めに治療を開始することが望まれます。

#### **(4)「双極性感情障害」の治療法**

双極性障害の治療には薬物治療と精神療法的アプローチがあります。

「こころの悩み」とは異なり、カウンセリングのみで回復は期待できません。薬物療法を基本に治療法を組み立てていきます。

##### ① 薬物療法

気分安定薬が使用されます。薬の使い分けが難しく、中には薬の血中濃度を測りながら慎重に投与量を決める必要がある薬もあります。正確なデータをとるためにも、処方された量と回数をきちんと守ることが大切です。

双極性障害のうつ状態に対して使う薬は、うつ病の時に使う薬とは違います。うつ病に効く薬は、双極性障害のうつ状態には効きません。治療してもなかなか治らないうつ病が実は双極性障害だった、ということもしばしばあります。

##### ② 精神療法的アプローチ

双極性障害に必要な精神療法は、いわゆるカウンセリングではありません。本人が自分の病気を知り、それを受け入れ、自ら病気をコントロールすることを援助するものです。

精神療法によって自分の再発のきざしに気づいて、対応することができるようになれば、再発時に早期に治療を始めることもできます。再発を放置することは双極性障害を悪化させることにつながるため、これは重要なことです。

【厚生労働省『みんなのメンタルヘルス』資料より】

一部改変

---

〒400-850 甲府市武田 4-4-37

山梨大学保健管理センター 篠原

Tel 055-220-8081, Fax 055-220-8075

---