

日常生活の “医療化”を考える

職場の健康管理をしていて、よく話題にのぼるのがメンタルヘルスの問題です。うつ病などがメディアでも頻繁に取り上げられ、病気への理解が進む一方で、ちょっと落ち込んでいる人を見ただけで『あの人はうつ病ではないか』と言う人もいます

『うつ病』への理解がなければ、ただ単に怠けていると思われ、つらい思いをする人がいます。治療が必要な疾病であると認識されることはよい面もありますが、一方でデメリットもあります。最近では、どんな問題でも“医療化、してしまう傾向がありますので、この点について検討してみましょう



『医療化』とは
どのようなことを
さすのでしょうか？



らが「リスク」とされ、指導や監視の対象となってきました。このように、生活が「医療化」していくのは、基本的には研究によって問題の発見方法や解決方法が見されてきたからです。

『医療化』による
デメリットは
どのようなものが
あるのでしょうか？



余計な不安や偏見を
生み出してしまっ
ことがあげられます

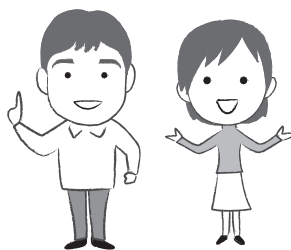


さまざまな問題が「医療化」されることは、私たちにどのような影響を与えるのでしょうか。たとえばうつ病を例にあげると、うつ状態がうつ病とされることで、本当に助けが必要な人に手が差し伸べられるというメリットがあります。人は、問題に直面してどうにも解決できない状態になると、落ち込んで人付き合いがしにくくなって、孤立しがちです。孤立すると、本人はますます助けをよぶこともできない、さらには生きていくことに希望がもてないという悪循環に陥ります。その悪

聞きにくいので、インターネットで調べるという人も多いでしょう。そうすると、インターネット上にはうつ病のチェックリストがあふれており、Q&Aサイトには、チェックの結果うつと出たが、受診したほうがよいのか、といった質問が数多く見られます。もちろん、それが早期発見につながる場合もありますが、なかには問題がないレベルにもかかわらず、必要以上に不安になってしまう人も出てきてしまうでしょう。

②偏見を生み出しかねない
うつ病に対しては、人それぞれの考え方がありと思います。いわゆる新型うつとよばれるものも、「病気」といわれたり「甘え」といわれたり、さまざまな観点で取り扱われています。その病気への正しい理解がなければ、常に差別や偏見が付きまといまいます。どんな病気でも、ヘルスリテラシーを身につけ、情報を適切に取捨選択することが必要です。

また、うつ病への偏見が広がれば、「うつ病の診断を受けると特別扱いをされ、周囲から孤立してしまうのではないかと」と、本当に受診の必要な人が躊躇してしまうことも考えられます。一方で、特



中山和弘先生

花子さんにヘルスリテラシーについて教え、産業保健活動をサポート。

花子さん

新米産業保健師。ヘルスリテラシーに関心を持ち、中山先生のもとで勉強中。

循環から抜け出せない原因がうつだとわかれば、そこから抜け出すためには支援が必要であることに気づけるのです。

しかし、その一方で、いくつかのデメリットも考えられます。

①病気への不安をあおる

厚生労働省の患者調査によると、うつ病の推計患者数は、1984年には11万人だったのが、2008年には70万人と急増しています。これは、入院や通院をした人の数なので、受診者数が増えたことを意味します。その原因としては、不況や成果主義による過酷な労働で、うつの症状を訴える人が増加したからだという意見もあります。

これほどまでに「うつ病」という病気が一般的になると、自分にはうつ病ではないかと不安になる人が多くなることが予想されます。自分がうつ病かどうかは人に

別扱いされてしばらく休みたい、今の状況から解放されたいと思えば、診断書はそのための立派な証明書にもなります。

③医療者に任せてしまう

うつ病という診断を受ければ、本人だけの問題ではなく、周囲の人もどう接すればよいのかを考える必要が出てきます。そうしたときに、これまでの接し方を振り返ったりする方向に働けばよいのですが、場合によっては、素人があれこれ考えるのではなく、専門家に任せよう、となってしまうかもしれません。解決すべき問題があったにもかかわらず、医療者任せにすることで、それが見逃されてしまう可能性もあるわけです。

『病気』の概念について、
改めて考えることも
必要ですね



『病気』には、
3つの側面があることを
知っておきましょう



これまで述べてきたように、問題の「医療化」にはメリットだけではなく、デメリットもあります。もし、病気の診断を受けても、改

■“病気”の3つの側面



善しなかったり、行動を変えられなかったりすれば、不安やストレスが募るばかりかもしれません。そして、病気なのはその人に原因があるとされたらどうでしょう。本人への負担は計り知れません。医療化は、そこまできちんと考えて行われるべきだと思います。また、「医療化」されていなければ病気ではないのか、という問いもあります。病気は、3つの側面をもつという考え方があります。本人が個人的な経験としてどう受け止めているか（病い・illness）、医学的な診断がつくかどうか（疾病・disease）、周囲や社会がそれらをどう受け止めて対処しているか（病気・sickness）です。医学的な診断がつく「疾病」ではなくても、深刻な「病い」や「病気」は存在するということが、忘れてはいけません。