



## 主な精神疾患

疾患名	特徴
統合失調症	症状が急激に現れる急性期には感覚・知覚を統合できずに異常な体験をしたり、周囲を見逃せない不安から被害妄想を持つ。急性期以外では精神活動が停滞することが多い。
双極性障害	躁状態と、うつ状態を繰り返す。躁状態では活力に満ちて仕事量が多い一方で、独善的で攻撃的になる。うつ状態では躁状態の自分の行動に思い悩む。
うつ病	自己の価値を見失う体験の中で生きる気力や喜びを失い、悲哀感が一日中続く。若い人では焦燥感もあり、寝つきが悪く、希死念慮(死にたいと願うこと)を持つこともある。
強迫性障害	自動的に浮かび上がる「〇〇は大丈夫だろうか」という侵入思考に過剰に反応するあまり、無意味な安全希求行動を繰り返す。
摂食障害	やせ願望や離人感に基づいた神経性無食欲症と、ストレス発散や気晴らしを食事に依存してしまう神経性大食症がある。大食と拒食を繰り返すタイプもある。

## 精神疾患の発症原因

精神疾患は、その発症原因によって大きく3つに分類される。中でも心因性の精神疾患は、心理的なメカニズムが大きく関わっているため、精神医学だけでなく、心理学の分野でも研究が進められている。

## 外因性

薬物やアルコールの乱用、甲状腺機能の異常亢進、脳損傷など、明確に特定できる器質的な異常があること。

## 内因性

はっきり特定しにくい、何らかの脳レベルの器質的な異常があること。

## 心因性

虐待、慢性的な過労、ストレスなどの生活環境や失恋などのライフイベントをはじめとする、心理面に影響が深い出来事や状況があること。

心の病気(精神疾患)は、古くは悪魔つき、キツネつきなどと呼ばれ、長く差別の対象にもなってきた。しかし、その科学的理解が進むにつれて、誰もがかかり得る一般疾患として考えられるようになってきた。心理学で扱える精神疾患はごく一部だが、ここでは代表的なものの概要を紹介する。日本の精神医療では精神疾患を発症原因によって外因性、内因性、心因性の3つに分類する習慣があるので、この分類に沿って解説しよう。

## ◆外因性、内因性の精神疾患

外因性の精神疾患は、薬物や事故などの物理的衝撃で身

体の一部がダメージを受けて生じる精神疾患である。心は身体をベースに活動している。ベースの部分が機能不全に陥ると、当然ながら心も異常な状態になる。フィネアス・ゲージ(→007)の人格の変容もこの1つである。その他、麻薬やアルコール、ニコチン(タバコ)の依存症(中毒)と禁断症状もここに分類されている。

内因性の精神疾患は、例えば遺伝的な素因によって特定の脳内神経伝達物質(→004)が過剰になりやすい、または枯渇しやすいといった脳機能の極端な個性に基づく精神疾患などが分類されている。統合失調症、躁うつ病(双極性障害)などが主に分類されている。ただし、一連の双子(一

## 素因ストレスモデル

ストレス脆弱性モデルとも呼ばれる。個体に遺伝子や脳機能のレベルで何らかの脆弱性(もろさ、傷つきやすさ)があっても、必ずしも精神疾患を発症するわけではないが、そこにストレスが加わることで発症しやすくなることを示す。

## 個体の脆弱性

・遺伝的素因  
・脳機能  
・気質・性格 など

## ストレス

・生活環境  
・ライフイベント など

精神疾患の  
発症

卵性双生児) 研究によると、遺伝的な素因だけで発症するのではなく、素因とストレス(環境要因)の相互作用で発症することも示されている。

## ◆心因性の精神疾患

そして心因性の精神疾患とは、心の「社会のセンサー」(→072)としての側面から由来する精神疾患である。心は生活環境に反応して変化するので、ストレスや負担の大きいライフイベントといった経験への反応として精神的な症状が生じる。中でも、原因となる出来事が特定できるものは、反応性と呼ぶことがある。例えば、失恋による大きなショックや上司の継続的なパワー・ハラスメントのストレスなどの心理的負担から自信を大きく失って、自分自身と将来を悲観してうつ病に至った場合などは、反応性うつ病と呼ばれることもある。

また、出来事そのものは一時的でも、繰り返し思い出してしまうと、心理的には何度もストレスフルな出来事を再体験することになる。重たい気分が続けば気分一致効果の働きで極端な考えがエスカレートし、心は現実から切り離されて苦悩し続ける。やがて疲れ果てて、自分が誰でも何をしているのかははっきりしなくなる状態は解離性障害と

呼ばれる。

極端な考えが自分という存在への悲観に偏り、止められなくなった状態が続くと、ネガティブな感情の暴走状態であるうつ病に陥る。思考力が低下して、ますます悲観を止められなくなり、その苦しさから自己の消滅を願うこともある。一方で、「何か悪いことが起こるのでは……」(例えば、雑菌にまみれて病気になる)といった予期不安(強迫観念)に心がとらわれると、「何か手立てを打たなければ!」(例えば、もっと除菌しなければ!)という衝動に駆られる。衝動に飲み込まれると、不安を軽減はするが実質的な効力のない安全希求行動(強迫行為、例えば、手がポロポロになるほどの手洗い)を繰り返すことになる。この状態が強迫性障害である。

また、近年の先進国に見られる高カロリーな生活習慣の中ではスリムであることが美しいと考えられるようになり、やせ願望にとらわれる女性も多い。この願望にとらわれる背景には家族要因などもあるが、空腹感や低栄養状態で「太らない」という安心感を得ることを繰り返すと、深刻な摂食障害に陥ることもある。

このような心因性の精神疾患の発症には心理的なメカニズムの影響が強いので、特に異常心理学と呼ばれる分野でメカニズムの解明が進められている。(杉山 崇)