

外来精神医学についての展望

| 寺田 浩 Hiroshi Terada

近年の世界的な医療の脱施設化の流れはケネディの教書演説があった1963年頃から少しずつ始まり、1978年にはイタリアで『バザリア法』が公布された。本邦においても脱施設化の努力はなされているが、その歩みは遅い。本邦の精神科治療は、重症疾患例の対処に重点を置く風潮が長く続き、必然的に病院での入院治療が主体となり、外来治療は退院後の病状維持などサポート的な位置づけと認識されていた。現在でも『精神保健福祉法』や医療費の体系などの精神医療システムではその傾向が色濃く残り、圧倒的に受益者数が多い外来診療に対する評価は必ずしも十分にされていない⁴⁾。

今日では、精神疾患や精神科外来は忌避すべきものではないという一般認識の変化や、アクセスのよいところに精神科診療所が全国的に展開したことなどの結果、重症から軽症まで、精神疾患を有する総患者数614万人の95%が精神科外来医療を利用している。

そのようななかで、2024年の診療報酬改定にて通院精神療法（通精）の点数が下がったが、これは地域精神医療の推進を阻む大問題だと考えている。「通精」は本邦独自の保健医療制度上の概念で、精神科医が外来で行う薬物療法とあらかじめ定式化された精神療法（認知行動療法や精神分析療法など）以外のほぼすべての治療行為が「通精」と看做される。森田療法などの重要な精神療法も含まれ、精神科外来診療には欠かせない重要な要素であるが、通精自体の重要性が一般に認識されておらず、時に身体科における疾患管理料と同等に看做されてしまうなどの問題がある。

少数だが通精の意義について調査研究を行った文献はある。2015年に足立らがうつ病・うつ状態に対する通精の効果について多層的比較研究を行っている^{1,5)}。そこでは精神科医による通精単独治療と通精と薬物療法の併用治療は精神症状および社会適応の水準を有意に改善し、さらに非精神科医による非通精群よりも、有意に良好であるとの結果を得た。薬物療法が有効であることは論を俟たないが、非精神科医が行った薬物療法のみでの治療成績は必ずしも高くないことが判明し、「通精」は、単なる慢性疾患の管理料ではなく精神科ならではの治療に欠かせない重要な意味をもつことを証明した。

2016年から2021年にかけて日本精神神経科診療所協会（日精診）と日本臨床精神神経薬理学会が共同で実施した

双極性障害外来薬物療法の大規模調査（MUSUBI研究）における精神科外来治療の費用対効果の検討では、本邦の外来治療費は米国よりも圧倒的に安く、米国を除く他のOECD諸国とほぼ同等で、いかに外来で治療維持するかが全体の医療費抑制のカギになるという結果を得た^{2,3)}。なおMUSUBI研究は指定医と非指定医を問わず多数の日精診の会員が所属する診療所への通院患者が対象となっており、日常臨床を反映したリアルワールドのデータを発信している。すでに英文論文15編を含む質が担保された報告を発表しており、さらに複数の論文が準備中である。

以上の報告をみても、経験を積んだ精神科医による外来診療がとても重要なものであることは明白である。世の中では給料のベースアップについて満額回答というニュースが流れている。そのなかで細々と外来をやる小規模診療所は通精も下がり、職員の給料を上げることすら躊躇するようリアルワールドが存在する。著者の近隣には還暦を過ぎて夜遅くまで勤務し続けていて体調が心配される精神科医もいる。そのような状況でも精神科外来診療の質の維持のため、携わる精神科医やコメディカルの能力の研鑽の支援、日常臨床や他領域との連携の経験から得た包括的な知の蓄積を共有できる場が必要という声があり、2023年、日精診では新たに日本外来精神医学会を設立した。さらに2024年1月、国内初のソーシャルメンタルヘルスの専門医制度である日本外来精神医学会認定専門医を開始した。今後は「精神科外来診療における精神医学」の確立と社会に向けての発信をめざしたい。

- 1) 足立直人, 窪田幸久, 後藤英一郎ほか: うつ病およびうつ状態治療における通院精神療法と薬物療法. 日精診誌, 42 (1); 3-8, 2016
- 2) 足立直人, 阿瀬川孝治, 上田 均ほか: 双極性障害外来患者の精神症状と薬物治療費の解析. 第116回日本精神神経学会学術総会抄録集, S-387, 2020
- 3) Adachi, N., Kubota, Y., Goto, E., et al.: Costs of psychotropics for outpatients with bipolar disorder in Japan: the MUSUBI 2016 survey. *Ann Med*, 55 (1); 2224047, 2023
- 4) 足立直人, 寺田 浩: 本邦精神科外来医療費の構造と通院在宅精神療法の意義. 日精診誌, 50 (1); 3-6, 2024
- 5) 後藤英一郎, 足立直人, 窪田幸久ほか: 通院精神療法のうつ（うつ病・うつ状態）治療効果—身体科におけるうつ治療との比較—. 日精診誌, 42 (2); 9-14, 2016