



うつ病ダイバーシティ

小林聡幸 著
 金原出版
 2023年9月 362頁
 本体価格 3,200円+税

長らくうつ病は、ほうっておけば自然と治る病と考えられていた。であるならば、現在の世界的なうつの医療化、安易な診断と、治療の貧困化をもたらしたに過ぎないのではないかとの声も聞こえてくる。そのような疑念を一気に晴らし、なぜ精神科治療が必要なのか、回復がどのようにもたらされるのかを精神病理学から明らかにしてくれるのが本書である。

第1に本書が示すのは、症状リストのみで診断できてしまう現在の操作的診断体系に対して、根底にある原因をも追求しようとする精神病理学的視点の重要性だ。「うつ」と大雑把に一括りにされる現象が、「うつと妄想」「うつと不安」「うつと躁」といった軸で他の精神病理との関係において立体的に整理し直されることで、その根底にある構造が鮮やかに浮かび上がってくる。症例報告とともに、スタジオジブリのアニメから探偵小説、SF映画まで幅広い物語が織り込まれ、人生に潜む魔の時間が描き出されるその語り口は小説のようで惹き込まれる。さらに「抗うつ薬は効いているものの、回復にはあと一息」というときにどう介入するのか、「一見認知症にも見える難治性のうつ病」をどう鑑別し回復に導くのか、といった臨床的難問への答えが自然と学べるようになっている。

第2に、精神病理学の魅力は、患者が経験しているであろう病の不思議さを、その身体的・感覚的経験とともに捉えようとする感性とその豊かな言語性にある。「私」が空虚化する感覚、「思うようにならず」に身動きがとれないなかでの焦燥感、「常に引け目を感じまいと周囲に共振する姿勢は毎秒ごとにシンクロし直している」人の、「時間がじりじりと焦げついて」いく経験を読むうちに、うつの

つらさが直に伝わってくる思いがする。また「精神症状における混合状態」は——まるで日本文化の「あわれ」や朝鮮文化の「怨」といった、容易に翻訳できない言葉のような「未分化な感情」であるがゆえに——強度が高いものとして説明されることで一気に臨床的イメージが膨らむ。疾患が、心理的・身体的にどのように経験されるのかを想像するだけでなく、その人の性格や生き方の志向性をも掴もうとすることによって、めざされるべき治療方向性もおのずから浮かび上がってくる。

第3に重要なのは、自分を取り戻すことは、「自分の生のリズムの回復」に他ならないという治療観がもたらす希望だ。小林氏はレジリエンスを「疾病そのものが内的に保有する回帰性」と捉え、「うれしい気分はすっと湧き起こり、あるプラトーンに向かって増強したあと、減衰してまた平常に戻る。戻った後もしばらく小さなリズムを刻むかもしれないが常にそこには回帰がある」と述べる。さらに、うつ病を「硬化したリズム」——個人が社会のリズムにむりやり合わせようとすることで生じる不調和——としても論じる。精神科臨床とはまさに、自己のリズムを取り戻し、社会との再調整を図る場でもある。表面的には社会に適応しながらも、独自の生き方を守ろうとする女性の言葉と、その治療プロセスの紆余曲折の検討を通じて、「心的外傷後成長に似たうつ病後成長」が生じる過程を読者は追体験できる。

退潮の危機が囁かれて久しい精神病理学だが、本書を読むとむしろ今こそ必要とされているとわかる。かつての精神病理学には、その主たる対象が、統合失調症を患い（当時の社会制度的に）慢性病棟から出ることが容易でなかった人々であったためか、時に自らの言葉の重厚さに一緒に沈み込んでしまうような暗さがあった。それに対して、回復し通常の生活に戻っていくのが当然となった現代のうつ病の精神病理学には、その豊潤な言葉がそのまま患者自身やその周囲の人々の洞察力や、自己のケアにもつながりうるような明るさを感じる。自然科学と人文社会科学の融合が臨床をどれほど知的に刺激的なものにするのかを示す一冊としても、臨床家のみならず、うつに関心のあるすべての方にお薦めしたい。

(北中淳子)