

精神医学の未来について思うこと

| 中尾 智博 Tomohiro Nakao

私が故郷鹿児島で幼少期を過ごした 1970 年代、生活の場は家庭や学校周辺に限られ、草野球や昆虫採集、鬼ごっこといった昔ながらの遊びに没頭し、そこによりやくファミコンが加わったばかりの頃でした。時を経て 1990 年代に入るとパソコンが日常的なものとなりインターネット時代が到来しました。2000 年代には携帯がスマートフォンに進化し、医療現場には電子カルテが登場しました。2020 年代、コロナ禍でリモート会議システムが整備され、ディープラーニング技術、生成 AI が目覚ましい進歩を遂げています。悠久の人類の歴史において、古代から前近代、19 世紀以降の産業社会の発展進度に比べてもこの半世紀の情報分野の発展はなんともすさまじい勢いです。

情報分野の発展は精神科医療にも大きな影響を与えています。インターネットやゲーム、オンラインカジノなどの行動嗜癖問題の増加に加え、うつ病や不安症、神経発達症やひきこもりの増加は、あふれかえった外部情報が自己組織の統合にも影響を与え、破綻を招いた結果かもしれません。一方プラス面では、デジタル技術により心理・社会・生物の統合的研究が進み精神医学の診断が発展することや、デジタル医療、遠隔医療、生成 AI やロボティクスの活用によって新しい治療法が開発されることにも期待が集まります³⁾。

精神科医療の構造自体も変わりつつあります。精神疾患へのスティグマを解消する動きは力強く、デイケアや就労移行支援、リワークといった社会資源の充実とともに精神障害者が生きやすい地域社会作りが進んでいます。入院中心から地域中心の医療への大きな転換期といってもいいでしょう。厚生労働省が推し進める新地域医療構想には、「2040 年頃に向け入院患者数の減少や病床利用率の低下が見込まれ、精神障害者の退院促進、地域生活支援、精神科病院病床の適正化といった施策による精神医療提供体制の整備がいつそう重視される」ことが記されています²⁾。

これからの精神科医療はどうなるのでしょうか。Chat GPT に「10 年後、20 年後の日本の精神科医療について教えてください」と尋ねてみました¹⁾。以下がその回答です。

「10 年後 (2035 年頃)、AI 診断支援、デジタル治療アプリ、遠隔精神医療によってより効率的な精神科医療サービスを受けられるようになります。高齢者精神医療や予防医

療が発展し、スティグマはさらに軽減するでしょう。20 年後 (2045 年頃) には脳科学とゲノム医療、脳-機械インターフェース治療が実現し、ロボット・AI カウンセラーの登場によって人間の (!) 精神科医は複雑で高度なケースのみに特化します。入院医療は最小限となり、在宅支援や地域拠点での精神医療が主流となります」。

明るい未来がみえそうな内容です。しかし、ChatGPT はすかさず私に、「悲観的シナリオも示しましょうか?」と尋ねてきました。恐る恐る、「では教えてください」と尋ねたところ、以下の回答です。

「10 年後、AI・デジタル医療は都市部、富裕層に限られ、地方や低所得層では従来型サービスに限られます。精神科医・看護師が不足し過重労働が常態化、燃え尽きての離職者が増加します。20 年後、富裕層と低所得層との間に提供される精神科医療はより二極化するでしょう。個人情報・AI 監視への反発から予防システムは定着せず、精神疾患はむしろ増加します。孤独死やメンタル疾患の放置例が増加し、精神科医療は社会のセーフティネットとしての機能を失い機能不全状態に陥ります」。

いかがでしょうか。悲観的シナリオには暗鬱たる気持ちになりますが、精神科医療の未来はまだ決まっておらず、これからの私たちの取り組みによって明るくも暗くもなるように感じます。この巻頭言を記しながら、できることにしっかりと取り組んでいきたいと思いました。

文献

- 1) ChatGPT (<https://openai.com/index/chatgpt/>) (参照 2025-08-25)
- 2) 厚生労働省：新たな地域医療構想において精神医療を位置付ける場合の課題等について。新たな地域医療構想において精神医療を位置付ける場合の課題等に関する検討プロジェクトチーム報告書。2024
- 3) 中尾智博：エッセイ「情報の進化と精神医学」。精神科診療の見立てと精神療法を、改めて考えてみよう。第 16 回啓蒙思想、ロマン主義とドイツ精神医学 6 宇宙的人間スピノザ登場Ⅲ。精神療法, 51 (in press)