

疾走するコラムニスト 勝谷誠彦の

ニュースバカ一代



VOL.586

鬱になりまして

の巻

同病の人たちに伝えたい、 病という敵を知れば心配ない

「ついう、ごく私的なことについて書くことには躊躇があったが、私は一応、作家のもりで、作家というものは自分の恥を切り売りすることのでかさかの何かのことを社会に還元できるのであると、昔から考えていたものだから、書くことにする。」
いや、この病気が恥ということではない。同病の方々のためにまずはそれを言っておく。ただし、それでヨボヨボして仕事に齟齬をきたしている自分という存在は恥ずかしい



初期の「抑鬱気分」の自覚から、「早朝に目覚めても行動に移せない」「好きなことができない」「酒量が増える」などの「抑鬱状態」に移行していく鬱病。同時に、アトピー性皮膚炎、更年期症状や内臓疾患などで悪化することも（一番町レディースクリニック院長・飯田晋也氏）。「食欲や性欲の低下」、「自分がダメな人間に思える」「死にたくなる」など重症化する前に、勝谷氏も言うとおり、「受診したがない人はいまだに多いですが、カウンセリングだけでは完治しません。早期に専門医にかかることをすすめます」（同）。



1960年生まれ、コラムニスト。当欄をまとめた『坂の上のバカ』、『猿祭—天翔ける日の本の酒—』、『かみばれ—瀕死の朝日新聞—』、『山海氏との共著—』など著書多数。最新刊『カツヤマサヒコSHOW 啓蒙3』が発売中。

日本と世界の
気分障害患者数
「気分が正常の範囲を超えて高揚したり、落ち込んだりする」とが、一定の期間継続する、鬱病性障害（鬱病）と双極性障害（躁うつ病）の総称「気分障害」（出典／慶応大学病院）。これらは明確に診断できる疾患ではなく、診断基準により患者数に差が出るが、厚労省の調査によると、96年には43・3万人だった日本の気分障害患者数は08年には104・1万人に増加。世界保健機関（WHO）は、世界で3億5000万人との統計（12年）を発表している。

し迷惑をかけてはいる。鬱病になってしまった。こういうことを書けるといいうのは「病識がある」といって、まだしもいい方なのである。しかし私は子どものころから北杜夫先生の著作などをすいぶん読み込んできたので、「ああ、これがそうか」とわかるのであって、ごく普通の方々では「調子が悪いな」「気分が落ち込んでいるな」から始まるのではないが、そしてだんだんと辛いことになっていく。そういう人たちに「こういうこともあるのだよ」と伝えたくて、今回の原稿を書いている。

それは「ドスン」とやってきた。昨日寒いのに外で薄着をしていたから風邪をひいた、ならまだ納得がいくが、何ひとつ悪いことはしていないのだ。しかし、突然、寝床から身体が起き上がらなくなった。じわっと立ち上がってなんとか飯を食おうとするがそれも出来ない。幸いなのはこういう連載があることで、しかしそれも呆然と忘れていてさきほど担当者からのメールがあったてこの原稿を書いている。フツーは翌朝に届かなくてようやく焦るのだが、昼過ぎに催促されるというのは、いかに普段にマジメに書いているかだ。

今後の経緯はまたお伝えしていかなくてはいいけないが「それほど心配することはない」とまず同病の可能性のある諸氏に言っておきたい。あと「ちゃんと精神科を受診するまこと」だ。戦争と同じで、敵を知りオノレを知ることがまずは基本なのである。