重度のストレスとデモラリゼーション

内科疾患の外来患者807名のうつ病とデモラリゼーション

	うつ病なし 672名（83.3%）	うつ病あり 135名（16.7%）
デモラリゼーションなし 562名（69.6%）	503名（62.3%）	59名（7.3%）
デモラリゼーションあり 245名（30.4%）	169名（20.9%）	76名（9.4%）

Mangelli et al. J Clin Psychiatry 2005

デモラリゼーションとは

デモラリゼーション（demoralization）という言葉は、倫理、道徳を意味するモラル（moral）ではなく、士気、意気込みの意味のモラール（morale）に由来し、士気の低下、意気消沈を指し示しています。デモラリゼーションはストレスフルな状況のなかで、無力感、絶望感、無意味感、無能感、孤立感などの症状が出現し、継続して対処することができないこととして経験されます。米国では1970年頃に精神医学の術語になっていますが、いまのところ国際疾病分類に精神疾患の正式な病名として収載されていません。ところが従来見過ごされていたこの状態は、最近とくに緩和ケアや造血幹細胞移植などの分野で構成概念としての妥当性が認められてきています。

うつ病との違い

うつ病の中核は無快感症（anhedonia）であり、興味や喜びの喪失です。ふさわしい行動の方向性を知っているにもかかわらず動因が失われています。デモラリゼーションの本質は絶望であり、生きる目的や意味の喪失であり、実存することの苦痛です。何をしたら良いのかわからず、楽しいことを心待ちにすることはできませんが、笑ったり楽しんだりする快楽能力は必ずしも損なわれていません。デモラリゼーションはうつ病と異なり薬物療法は無効であり、自己統制感の回復を目指した精神療法が効果があります。デモラリゼーションを認識すべき意義はいくつかあります。ひとつは苦痛へのアプローチが明確になります。右上の表に示すように、デモラリゼーションはうつ病と重なりはあるものの独立した存在です。うつ病と診断されても、デモラリゼーションが併存していればそのためのケアのアプローチが必要になります。もうひとつは、右下の図に示すように、デモラリゼーションは自殺のリスクと相関することが示唆されていて、うつ病によらない自殺念慮の存在を見落とすのを防ぐことになります。

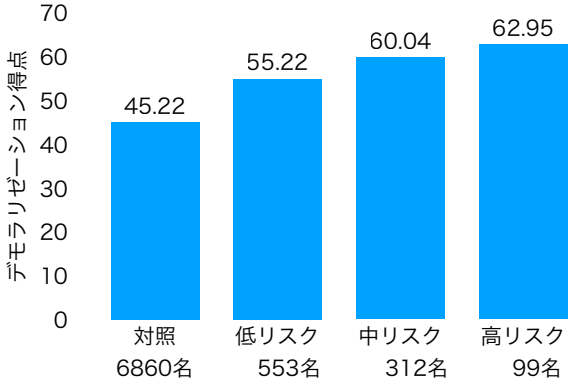
ネガティブ・ケイパビリティ

ネガティブ・ケイパビリティとは、詩人のジョン・キーツ（John Keats）の書簡に見出され、わからないという感覚を持ったまま持ちこたえ、苦悩に耐える素質を意味します。ネガティブ・ケイパビリティは、矛盾した感情、曖昧さ、不確実性に直面しても、固定された考えやきまりにとらわれることなく、それを創造の可能性としてとらえ、深い洞察や理解に至る道すじと考えられます。デモラリゼーションが逃れやすいものなら誰もそんなに苦悩しません。もちろん一番に症状緩和が図られる必要があります。しかしむしろ、苦悩に心を寄せることの意義はあらためて確認されなければなりません。

自己統制感の回復を目指した精神療法

すべての精神療法に通底している考えは、患者の支配感を回復することによって、精神症状を悪化させ、悪化させる士気の低下と闘うことであると言われています。患者のよって立つ足元を保証し続け、そのままでよい、自分自身をあるがままに認める、という姿勢の実践です。普段の生活においてあるがままを出すのはとても難しいことです。目に見えやすい効果でなく、あえてそこにとどまらせることに有効性が見出されると思われます。

大学生7824名の自殺リスクとデモラリゼーション



Kim et al. BMC Psychiatry 2020

（2024/7/17）