

メンタルヘルスの時代と「リアルワールド」

藤沼康樹

医療福祉生協連家庭医療学開発センター



2019年の米国のシンガーソングライターであるビリー・アイリッシュの大ブレイクが引き金となって、若者のメンタルヘルスの問題が大きくクローズアップされ

た。彼女のメッセージは、つらいときは「つらい」と声を出して助けを求めよう、助けを求めることはあなたが弱いことを意味するわけでない、ということだった。また、英国の批評家マーク・フィッシャーは、その著書『資本主義リアリズム』¹⁾で強調しているように、資本主義や新自由主義のオルタナティブが構想できない中で、自己実現や成長を強いられ、結果は自己責任とされてしまうことが、西欧諸国で若者の精神疾患の罹患率の増加に結びついているはずと主張した。そして、若者のメンタルヘルスの悪化こそ、これ以上に完成されたシステムはないとされる資本主義が実は穴だらけの、不完全な構造物であることの証明であると記し、話題となった。メンタルヘルスの問題は、わたしたちが生きているこの現代社会の現在と未来に、重要な議論を投げかけている。

本特集を組むにあたって、普段カルチャー、音楽、文学などについていつも新鮮な刺激をいただいている、精神科医・塚原先生の全面的な協力を得ることができた。総合診療や家庭医療におけるメンタルヘルス問題に造詣が深い共同編集（企画）者を得たことで、読み応えのあるよい特集になったと思う。

文献

- 1) マーク フィッシャー（著）、セバスチャンブロイ・河南瑠莉（訳）：資本主義リアリズム、堀之内出版、2018。

塚原美穂子

精神科医



今回、藤沼康樹先生にお声かけいただき、メンタルヘルス特集の企画に携わせていただきました。ここ20年程でメンタルヘルスについては広く認知され、

DSMなどの操作的診断基準が導入され、精神疾患はかなり明瞭な輪郭を持ったものとなりましたが、「リアルワールド」のメンタルヘルスの問題はあらゆるカテゴリ化の試みをまたいで超えています。医療機関や医療外で市井のメンタルヘルスに関わってきた“野良”精神科医として、心の関わるさまざまな問題に医療ができること、できないことについて、サブタイトルの「ぶっちゃけ」感を意識しながら筆を運びました。辿りついた結論は、曖昧だったり妥協的だったりもしますが、一筋縄ではいかない「リアルワールド」のメンタルヘルス問題への対応は、理想と現実との折り合いの繰り返しの中で、たまに思いがけない光がさすようなものです。精神科医も日々悩み、失敗しており、本特集は執筆者がそれぞれの道から現在辿り着いている地点からの視点が反映されています。

知識による予測や対策、対応は、患者・医療者の心を共に楽にしてくれますが、最後は「春雨じゃ、濡れてまいろう」的な鷹揚さで臨むことがよいかもしれません。さまざまな健康や社会的問題の持ち込まれる総合診療領域において、先生方の日常診療におけるメンタルヘルス問題への対応のヒントが、少しでも本特集の中で見つかることができましたら幸甚に思います。