



周産期メンタルヘルスを深掘り！

今日ほどメンタルヘルスが耳目を集めている時代はありません。

メンタルヘルスとは一般に「心の健康」とされますが、世界保健機関(WHO)では「自身の可能性を認識し、日常のストレスに対処でき、生産的かつ有益な仕事ができ、さらに自分が所属するコミュニティに貢献できる健康な状態」とより具体的に定義しています。少し考えてみても、自信を失ったり、仕事や家庭のストレスに上手く対応できなかったり、仕事を有意義に捉えることができなかったり、周りの人や会社や組織との関係性に悩んだり落ち込んだりと、このWHOの定義にはずれる状態には、誰しも容易になり得ます。そして、メンタルヘルスの不調から抜け出せなければ精神疾患に進展してしまうことも考えられます。また突如として精神疾患が発症することもあるでしょう。心の病気は誰でもかかり得る身近なものであると国も認識しており、2011年からは「がん」「脳卒中」「心血管疾患」「糖尿病」の4つに加え、「精神疾患」が重点対策すべき5疾病の1つに加わりました。

周産期の領域についていえば、母体死亡原因の第1位は自殺であり、うつを含む心の不調に対しての対策が急務となっています。また様々な精神疾患を合併した妊婦を診療する機会も増えつつあり、産婦人科医といえども精神疾患に関する理解を深めておく必要があります。

妊産婦のメンタルヘルスにかかわる諸問題に対して適切に対応し問題の解決を図るには、精神科との連携、院内多職種との連携、本人の健康だけでなく児の養育を見据えた行政・地域母子保健体制との連携が必須です。しかし、心の問題は非常にデリケートな領域であり、知識がないために状況がかえって悪化することもあります。また連携体制の構築は、経験が少ないと大変困難です。

そこで、本特集では周産期メンタルヘルスを少し深掘りし、現況や連携に関する知識、妊産婦にみられる精神疾患に関する知識のアップデートをしたいと思います。

本特集が、妊産婦を扱う医師がさけては通れない周産期のメンタルヘルスについて、知識を深める一助となれば幸いです。

(東海大学医学部専門診療学系産婦人科 石本人士)