

話 題

メンタルヘルスの管理監督者教育における 病名の解説について

副田秀二^{1, 2}

¹医療法人 シエスタ荒木医院

²産業医科大学医学部精神医学教室

管理監督者（上司）へのメンタルヘルス教育で、精神障害の病名の解説は重要なのだろうか。上司への教育で、病名の解説は時々なされる^{1, 2}。たとえば、うつ病に始まり、躁病、統合失調症、神経症などから適応障害や心身症に至るまでが、専門医などから解説される。病名ごとの解説では、概念や分類、治療などにも及ぶこともある。教育企画側の意向を受けて、病名を解説した経験は筆者にもある。しかし、ある産業医から、病名の解説に時間を割く必要はないのではないかと助言されたことが、病名の解説の要否を再考する契機となった。現時点では、管理監督者教育で病名の解説に時間を割くことは意見が分かるとの指摘²もある。本論では病名の解説について意見を述べる。

病名の解説の狙いは、精神疾患の正しい知識を上司に与えることで、早期発見、対応に役立ててもらおうことであろう。日本でも今後、米国のように一般市民にうつ病の啓発活動が始まるとすれば、職域では少し先回りして、うつ病などの代表的な精神疾患について、上司に正しい知識を提供していく取り組みも考慮されてよいとの考え方²もある。しかし、「この病名の場合にはこのような特徴があるので、このようなことに留意するのがよい」と上司に解説したとしても、職場でメンタルヘルス不調者がでた場合、上司は病名など分からない状態で、手探りの介入を始めるのである。病名があらかじめ分かっている、その特徴に沿って介入するのではない。しかも、病名は、産業保健スタッフらに相談が及んだ後、専門医などへの受診で確定するが、病名が上司に知らされるとは限らない。

また、上司に病名を詳細に解説することへの危惧もある。それは、上司が介入する際に、苦し紛れに、予想する病名を口にしないかということである。一回から数回の教育で得た知識を用いても、上司による病名が妥当である保障はない。仮にその病名が妥当だったとしても、医師でない者から病名をほのめかされる側の抵抗感は察するに余りある。教育で、病名を解説する際には、上司が病名をつけることを助長しないよう留意して説明する必要がある。

上司に求められるのは、診断でもなければ治療でもな

い²。病名の解説をしなくても、上司が果たすべき役割を伝えられるのであれば、病名の解説は不要との考え方²もある。荒川³は、メンタルヘルス不調が疑われる部下に上司が対応する際は「診断するな。判断せよ」と説明し、上司が「診断」しないよう注意を促している。彼は、上司は病名を考えるよりも、専門スタッフらに相談する必要があるかどうかを「判断」するよう勧めている。そして、部下の様子がおかしいと「判断」したら、本人を十分観察すると同時に、本人にその時点での気分や感情などを尋ねるよう勧めている³。この指摘に沿うと、メンタルヘルス不調の状態像は、病名との関連で解説するよりも、専門スタッフへの相談すべき状態像として解説するほうがよいかもかもしれない。つまり、教育では上司による「診断」ではなく「判断」を助けることが目標になる。

教育では、上司として介入すべき状態像は、うつ状態に限らずによく伝える必要がある。さもないと専門スタッフに相談する「判断」が遅れるからである。たとえば、躁病の状態像は、正常心理の延長で理解できることが多いために介入が遅れたり、見逃されたりすることがある⁴。そのため、教育では、うつ状態と併せて躁状態も介入すべき状態像として、上司に印象づけるほうがおそらくよい。それでもなお職場ではさまざまな状況が起こりうる。上司による介入の判断は難しい場合がある。したがって、専門的知識のない上司にでも分かる介入方法と専門スタッフへの相談の要否の目処を伝えることが重要である。これに関して、病名ではなく、不眠の有無を参考にして専門スタッフへの相談を勧める方法⁵がある。この方法は、病名よりも「不眠」という言葉のほうが、メンタルヘルス不調者に受け入れられやすく、そのために上司も専門スタッフへの相談を部下に勧めやすいという利点を持つ。

教育で病名を上司に説明するとしても、むしろ、状態像ごとの特徴を踏まえた上で、職場での発見と介入の具体的方法をわかりやすく示すほうが現実的ではないかと思われる。

文 献

- 1) 原谷隆史, 川上憲人, 福井城次, 北村尚人, 林 剛司, 逸見武光. 職場におけるメンタルヘルス教育の方法に関する研究. 産業医学ジャーナル 1989; 12: 30-34.
- 2) 荒井 稔, 堀江正知, 長見まき子, 鎗田圭一郎. メンタルヘルス対策における管理監督者教育に疾病（うつ病など）の解説を盛り込むべきか? 産衛誌 2002; 44: 216-217.
- 3) 荒川真次郎. 様子がおかしいときの対応は. 稲村 博, 宮本光雄監修. 職場のメンタルヘルス相談. 東京: 商事法務研究会, 1992: 110-113.
- 4) 副田秀二. 産業精神保健における躁状態の留意点. 産業医学ジャーナル 2004; 27: 16-18.
- 5) 副田秀二, 中村 純. 勤労者の睡眠障害—不眠の知識を普及する重要性と課題—. 産衛誌 2002; 44: A38-A39.