

うつと PTSD のスクリーニングテスト

災害後の健康問題には器質的な原因のない身体症状が多くみられますが、それにはうつ病や PTSD、不安障害といった精神的な健康問題が関係することも多いとされています。

精神面の健康問題は災害が発生してからの経過時間によって異なります。災害後 1 ヶ月以内の急性期には情緒不安定、陰性感情、認知機能の障害（集中力の低下、混乱、考えたくないことへのとらわれなど）、身体症状（頭痛、緊張、疲労感、胃腸症状、食欲低下など）、人間関係を損なう行動（イライラ、不信、引きこもり、過剰に支配的になるなど）がみられます。ほとんどの場合、急性の精神的苦痛は災害後、数週間から数ヶ月で回復しますが、1 年以上持続する場合があります。基本的には衣食住など生活上の基本的欲求が満たされることによって回復する傾向にあります。

一方、災害が発生して 1 ヶ月以上経過した時点での精神的な健康問題には、うつ病、PTSD、飲酒量の増加などが一般的とされています。

被災してこれらの精神的問題を抱えやすくなっている人達と接する場合には専門家ではない医療関係者にもこれらの一般的な精神的健康問題をスクリーニングすることが求められます。

被災された方が過去に精神的問題を抱えていたり、災害で過酷な体験をされたりしたような特にリスクの高い方の場合には次に紹介するようなスクリーニングテストを活用する方法があります。

注)

次の2つのスクリーニングテストは原語では敏感度や特異度といったスクリーニングテストに要求される基準をクリアしていることが検証されています。しかし、原文に忠実に翻訳しましたが、日本語版はまだスクリーニングテストとしての妥当性は検討されていないことをご了承の上、ご活用ください。

うつ病と PTSD のスクリーニングテスト

Patient Health Questionnaire (PHQ-2) for Depression Screening

最近 2 週間に以下のような問題がどのくらいの頻度でありましたか？

	全くない	数日	2 週間の半分以上	ほぼ毎日
何かやろうとしてもほとんど興味がもてなかったり楽しくない	0 点	1 点	2 点	3 点
気分が重かったり、憂うつだったり、絶望的に感じる	0 点	1 点	2 点	3 点

(Whooley ら: Case-finding instruments for depression. Two questions are as good as many. J Gen Intern Med, 12:439-45, 1997 より引用。久里浜アルコール症センター翻訳)

使用方法:

2 つの質問への回答の合計が 3 点以上の場合に陽性と判定します。

スクリーニングテストの結果が陽性の場合:

陽性の場合でも直ちにうつ病とは診断できません。精神保健の専門家に依頼してさらに詳細に症状について調べるようにします。ご本人にうつ病の可能性のあることを伝えて援助を希望する場合にはこころのケアチームへ依頼するか、精神科医療への受診を勧めてください。

うつ病と飲酒の関係:

うつ病は飲酒量を増やす危険性があります。逆に多量の飲酒によってうつ病が引き起こされる場合もあります。いずれにしてもうつ病または抑うつ傾向のある人の飲酒には注意が必要です。

PC-PTSD (Primary Care PTSD Screen)

今までの人生でひどく怖かったり恐ろしかったり気が動転するような経験をしたために、最近 1 ヶ月の間、以下のような事がありましたか？

-
- | | |
|---|--------|
| 1. その経験についての悪い夢を見たり考えたくないのに考えたりしましたか？ | はい・いいえ |
| 2. その経験について必死に考えまいとしたり、その経験を思い出すような状況を避けるようにしたりしましたか？ | はい・いいえ |
| 3. 常に何か警戒していたり、用心深かったり、ちょっとしたことで驚いたりしましたか？ | はい・いいえ |
| 4. 感覚が鈍くなったように感じたり、他の人、活動、周囲から疎遠になっていると感じましたか？ | はい・いいえ |
-

(National Center for PTSD ホームページ(<http://www.ptsd.va.gov/professional/pages/assessments/pc-ptsd.asp>)より引用。久里浜アルコール症センター翻訳)

使用方法:

上記の質問に 3 つ以上“はい”があった場合に陽性と判定します。

スクリーニングテストの結果が陽性の場合:

スクリーニングテストに陽性であることが直ちに PTSD の診断に結びつくわけではありませんが、PTSD または心的外傷に関連した問題を抱えている可能性が考えられますので、こころのケアチームや精神科医療機関などの精神保健の専門家に依頼してさらに詳しく心的外傷の症状に関して調べるようにします。陽性の場合にははっきりと希死念慮についてもスクリーニングすべきとされています。

PTSD と飲酒について:

PTSD とアルコール問題には密接な関係があり、PTSD はアルコール問題を起こし易くするので、スクリーニングテストに陽性の方は飲酒問題にも注意が必要です。