

強迫症

大分大学保健管理センター 准教授
堤 隆

強迫症とは

強迫症は、自分の意思に反してある考えが頭に浮かんで離れず（強迫観念）、その強迫観念で生まれた不安を振り払おうと何度も同じ行動を繰り返してしまう病気（強迫行為）で、日常生活に支障をきたすこともあります。症状の特徴としては、確認行為（戸締まり、ガス栓、電気器具のスイッチを過剰に確認する（何度も確認する、じっと見張る、指差し確認する、手でさわって確認するなど））、不潔恐怖と洗浄（汚れや細菌汚染の恐怖から過剰に手洗い、入浴、洗濯を繰り返す、ドアノブや手すりなど不潔だと感じるものを恐れて触れない）、儀式更衣（自分の決めた手順でものごとを行わないと、恐ろしいことが起きるという不安から、どんなときも同じ方法で仕事や家事をしなくてはならない）などがあります。大学生においては、大学での勉強や行事、友人関係において様々な支障が生じたり、その結果として欠席が増えたり、登学できなくなることもあります。このような場合は、健康教育や治療が必要となります。

強迫症は、一生のうちで全人口の1~2%の人が罹り、好発年齢は20歳前後であり、男女差はありませんが、男性が女性に比べて発症年齢が若いとされています。強迫症の原因は、今のところ明らかにされていません。しかし、これまでの研究から、脳神経の情報伝達に関係する物質の機能障害や、神経回路の異常などが関係していると考えられています。

強迫症の治療としては、一般に、薬物療法や精神療法などが行われます。薬物療法は抗うつ薬のSSRI（選択的セロトニン再取り込み阻害薬）が主に用いられます。精神療法としては認知行動療法という治療法に効果があると言われています。

保健管理センターのご案内

今回、強迫症について解説しました。学生生活の中で困難に遭遇したり、窮地に立たされた場合は、一人で抱え込まず、まずは友人や家族に相談してください。キャンパス内には相談窓口として「保健管理センター」「びあ ROOM」「キャンパスライフなんでも相談室」があります。保健管理センターでは、私（精神科医）や心理カウンセラー、保健師が対応しますので、メンタルヘルスの不調で相談を希望される場合は、是非ご連絡ください。