

**巻頭言** 新型コロナ禍におけるこころの問題中尾 智博  
九州大学大学院医学研究院 精神病態医学

皆さま、こんにちは。昨年から本学会理事を拝命しました九州大学の中尾です。私は2020年の4月に、神庭重信先生の後任として九州大学精神科の第8代目の教授に就任いたしました。就任当時、まさに新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) のパンデミックが始まったところであり、この2年余の期間をCOVID-19とともに過ぎてまいりました。本原稿を執筆している2022年4月現在も、オミクロン株による感染再拡大がまだ予断を許さない状況が続いています。

この新型コロナ禍では、身体面への影響に加え、私たちの心理面・精神面への影響も看過できないものがあります。感染の不安や重症化して死に至るのではないかという恐怖に加え、ソーシャル・ディスタンスの保持を余儀なくされることによる孤独の不安とも闘わなければなりません。また経済面への影響も大きく、多くの人が将来への不安を抱えています。このような状況においてうつ病や不安症、アルコール依存症などの発症リスク増加とともに、自死リスクの増加も危惧されています。2020年には、過去10数年にわたって減少傾向にあったわが国の自殺者数が下げ止まり、若年女性の自殺が増えたことが話題となり、その対応も急務です。米国の研究では、COVID-19感染後には精神病、気分障害、不安障害、いずれの発症頻度もインフルエンザをはじめとする従来の感染症に比して有意に高いことが報告されています<sup>6)</sup>。COVID-19はまた、直接的に私たちの脳に影響を与えている可能性も指摘されています。最近発表されたイギリスにおけるバイオバンクのデータを用いた調査によれば、COVID-19感染者約400名を対象としたMRI撮像の結果、感染者は非感染者に比して脳全体の萎縮がみられること、そして意思決定や記憶に関与する眼窩前頭皮質や海馬傍回、嗅覚に関与する一次嗅覚皮質の灰白質減少が生じていたと指摘されています<sup>1)</sup>。

わが国では、COVID-19感染者にどのような精神医学的問題が生じているのでしょうか。私たちの研究班は、厚生労働省の委託を受け、2020年から2021年にかけての20カ月間に福岡県の主要医療機関に入院した約2,700名のCOVID-19罹患者のDPCデータと精神科診療録をもとにした調査を実施しました<sup>4)</sup>。まずDPCの処方データから、COVID-19感染者は従来の呼吸器感染症者に比して睡眠薬や抗うつ薬が投与される率が有意に高く、不眠やうつ、不安をはじめとする精神症状が出現しやすいことが示唆されました。また、上記2,700名のうち、220名ほどが精神科受診をしており、診療録をもとに調査した結果、COVID-19が重症化するほど不眠や混乱が出現しやすい一方、不安やうつはむしろ軽症者に出現しやすいこ

とが明らかとなりました。

厚生労働省は、2020年4月の第1回目の緊急事態宣言時に心の健康相談が約2.8倍に急増したことを報告しており、メンタルヘルス問題の対応、初期介入方法の開発が急がれるところです。現在国立精神神経医療研究センターの中込和幸先生を代表とする日本医療研究開発機構 (AMED) の研究班はAIを用いた相談システムの構築に取り組んでいます<sup>5)</sup>。ココロボとよばれるこのシステムでは、まずAIを用いたチャットボットというスマートフォン用のアプリを通じて、考え方や気持ちを整理することができます。強い不安やうつ、希死念慮などの存在が判明した場合には、対応マニュアル<sup>3)</sup>を用いた精神保健相談員による対応が行われます。このマニュアルはジョンズホプキンス大学のグループが開発したRAPID PFA<sup>2)</sup>とよばれる災害時の心理的応急処置介入方法をベースとして、COVID-19に関連した相談に対応できるように作られています。

今後、COVID-19が私たちのこころに与える影響を明らかにし、その影響を減らしていけるような一層の取り組みが行われることを期待するとともに、この災禍が一日も早く終息することを願ってやみません。

## 文 献

- 1) Douaud G, Lee S, Alfaro-Almagro F, et al (2022) SARS-CoV-2 is associated with changes in brain structure in UK Biobank. *Nature*, online ahead of print. doi:10.1038/s41586-022-04569-5.
- 2) Everly Jr GS and Lating JM (2017) *The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid*. Johns Hopkins University Press, Baltimore.
- 3) 中尾智博 (2021) 新型コロナウイルス流行下におけるメンタルヘルス問題への対応マニュアル. 厚生労働科学特別研究事業.
- 4) 中尾智博 (2022) 新型コロナウイルス感染症罹患後に精神症状が出現した者に関する実態調査報告書. 令和3年度障害者総合福祉推進事業費補助金.
- 5) 中込和幸 (2022) COVID-19等による社会変動下に即した応急的遠隔対応型メンタルヘルスケアの基盤システム構築と実用化促進にむけた効果検証. 日本医療研究開発機構 障害者対策総合研究開発事業, 課題管理番号: 20dk0307099h0001.
- 6) Taquet M, Geddes JR, Husain M, et al (2021) 6-month neurological and psychiatric outcomes in 236 379 survivors of COVID-19: a retrospective cohort study using electronic health records. *Lancet Psychiatry*, 8: 416-427.