

## 「COVID-19 は「メンタルヘルスパンデミック」につながるかもしれない」

2020年8月28日 更新 Cellspect Co., Ltd

8月21日、世界保健機関 (WHO) の事務局長テドロス氏は、新型コロナウイルスのパンデミックが2年以内に終息することを望んでいると述べた。同氏はジュネーブでの講演で、1918年のスペイン風邪は克服するのに2年を要したが、技術の進歩により、世界はより短期間で、COVID-19の流行を止めることができるだろうと述べた。[1] しかし、最近の研究によると、患者と非患者の両方で、メンタルヘルス問題が増加していることが示された。言い換えれば、「メンタルヘルスパンデミックの世界的流行」が、解決を待つ別の問題として存在しているかもしれない。[2, 3]

「Brain, Behavior, and Immunity」誌に掲載された Mario Mazza 氏らの新たな研究によると、COVID-19の入院治療を受けた患者の半数以上が、1カ月後に精神疾患を患っていることが判明した。臨床的面接および自己評価質問票に基づく調査結果は、402人の患者中、55%に少なくとも一つの精神的障害があることを見出しており、そのうち28%に心的外傷後ストレス障害 (PTSD)、31%のうつ、42%に不安、40%で不眠症および、20%の強迫性障害を含んでいる。[4] このウイルスが「中枢神経系への直接的影響」を与えることを示す新たな研究がなされており、もしすでに精神疾患を持っている場合、新たなCOVID-19感染により、不快感または不安を誘発する可能性があることから、この知見は驚くべきものではない。[5]

一方、米国疾病予防管理センター (CDC) の研究では、COVID-19パンデミックの最中には、患者でなくても、不安や抑うつ、自殺念慮が急増していることがわかった。[6] 研究者らは、6月下旬にオンライン調査を完了した18歳以上の米国成人5,400人以上の情報を分析した。不安障害の症状を報告する米国人の割合は、2019年の同時期に実施された調査で見られたレベルと比較して、約3倍増加し、抑うつ障害の症状を報告する割合は約4倍増加したことが、この研究で明らかになった。

全体として、2020年の調査では、参加者の約41%がメンタルヘルスに関する少なくとも1つの症状を報告した。31%が不安または抑うつの症状を経験し、13%がパンデミックに関連したストレスに対処するため薬物など(アルコールまたはマリファナを含む)の使用開始または増加し、11%近くが過去30日間に自殺を真剣に考えたことがあると報告している。この数字は特に18歳から24歳の成人で顕著であり、新たな知見は「パンデミックの与える広範囲のインパクトと、それを予防・治療する必要がある」と著者らは述べている。この研究では精神障害の原因を特定することはできなかったが、社会的孤立、学校・大学の閉鎖、失業やその他の経済的不安など、この流行病に関連する要因や、この感染症そのものの脅威、が一因となっている可能性がある。

若年成人がこのパンデミックの影響を特に強く受けていると思われる理由は不明である。高齢者に比

べて若年者の方が COVID-19 により重篤な疾患を引き起こしにくいことは、これまでの研究で明らかになっている。ニューヨークタイムズによると、不確実性を受け入れる能力は、自身のメンタルヘルスへの対応能力に関連している可能性がある。「特に若者は、相対的なリスク、パンデミックの期間、そして彼らの将来がどうなるかについて、多くの疑問を持っている。高齢者は、長い人生経験により、こうした不確定な時期に耐えやすくなる可能性がある。」と、オーストラリア メルボルン市 モナシュ大学心理学研究者であり本研究の筆頭著者である Mark Czeisler 氏は Times に語った。[7]

まとめると、明らかに、COVID-19 は身体的にも精神的にも大流行を引き起こし、精神疾患の影響はより強く、広範囲に及ぶ。この流行によるメンタルヘルス疾患に対処するためにも、遠隔医療の利用拡大など、メンタルヘルスの診断と治療のためのリソースを増強することを、我々は考慮すべきである。

#### 引用文献：

1. Aug 22, 2020. "Coronavirus pandemic could be over within two years - WHO head" *BBC news*
2. Rachael Rettner, Aug 15, 2020 "Depression and anxiety are skyrocketing in young adults amid pandemic" *Live Science press*.
3. Jessica Gold, Aug 06, 2020 "Covid-19 Might Lead To A 'Mental Health Pandemic'" *Forbes press*.
4. Mario GennaroMazza et al., July 30, 2020 "Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors" *Brain, Behavior, and Immunity*. DOI: 10.1016/j.bbi.2020.07.037
5. Aravinthan Varatharaj et al., June 25, 2020 "Neurological and neuropsychiatric complications of COVID-19 in 153 patients: a UK-wide surveillance study" *The Lancet Psychiatry*. DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30287-X
6. C Mark ̄. Czeisler et al. Aug 14, 2020 "Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic - United States, June 24-30, 2020" *Morbidity and Mortality Weekly Report (MMWR)*
7. Jan Hoffman, Aug 13, 2020 "Young Adults Report Rising Levels of Anxiety and Depression in Pandemic" *The New York Times press*.

#### 当サイトの情報につきまして

細心の注意を払って現時点で最も正しいと考えられる情報を Web サイトに掲載しておりますが、その内容の正確性や安全性については保証するものではありません。また、当 Web サイトをご利用になったことにより生じるいかなる損害について一切責任を負いません。当社は、予告なしに当 Web サイトに掲載した情報を変更することがあります。また、Web サイトの運営を中断または中止することがあります。