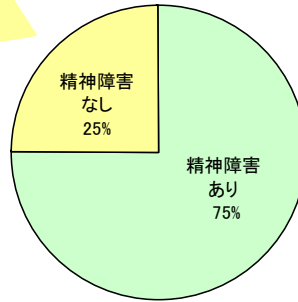


# 自殺の背景とうつ病

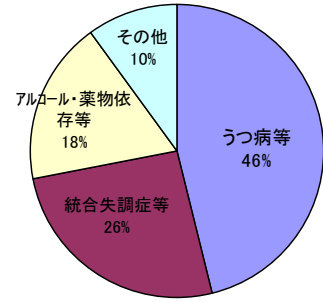
[内閣府：平成19年版自殺対策白書より抜粋]

自殺は自由な意志や選択の結果ではなく、**様々な悩みにより心理的に追い詰められた末の死**といわれています。

また、自殺企図者（自殺を図った人）の75%に精神障害があり、その約半数がうつ病等だったという報告もあります。多くの自殺は、心理的に追い込まれた上に、**うつ病等の精神疾患のために、正常な判断を行うことができない状態であった**と考えられます。



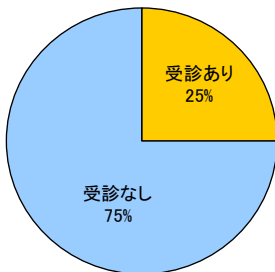
自殺企図者の75%に精神障害



精神障害の約半数がうつ病等

自殺の危険因子としての精神障害

生命的危険性の高い企図手段をもちいた自殺失敗者の診断学的検討  
飛鳥井望（精神神経誌 96：415-443, 1994）



医療機関への受診の有無

一方、うつ病患者の4人に3人は医療機関を受診していないとの報告もあります。これらの人を受診につなぐことは、自殺を防ぐことにもつながります。

自殺予防のためには、うつ病の予防、そして、みんながうつ病について正しく理解し、早く気づき、適切な治療につなぐことが大切です。

心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究  
主任研究者川上憲人  
(平成14年度厚生労働科学特別研究事業)

## 自殺のサイン(自殺予防の十か条)

[厚生労働省編著：職場における自殺と予防・2004年3月]

自殺を考えている人は悩みを抱えながらもサインを発しています。次のようなサインに気づいたら早めに相談機関に相談しましょう。

①うつ病の症状に気をつけよう  
早めに専門医を受診しましょう。

②原因不明の身体の不調が長引く  
うつ病は身体にもさまざまな症状がみられます。

③酒量が増す  
不眠は飲酒によっては改善しません。飲酒量が増えると抑うつ状態をより一層強めていく結果になります。

④安全や健康が保てない  
今までうけていた治療の中断、失踪、ささいなことでトラブルを起こすなどの行動が見られることがあります。

⑤仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う

⑥職場や家庭でサポートが得られない

⑦本人にとって価値あるものを失う  
職、地位、家族、財産など

⑧重症の身体の病気にかかる

⑨自殺を口にする  
自殺の危険性が非常に高くなっています

⑩自殺未遂に及ぶ