

第 37 回 甲田宗良さん (琉球大学)

日本心理学会若手の会コラムリレーでは、若手のみなさまに、ご活躍されている領域や普段の生活についてご紹介いただきます。

第 37 回目は、甲田宗良さん (琉球大学) にご執筆いただきました。

人生いろいろ、うつ病もいろいろ

人はなぜ「落ち込む」のか。人はなぜ「死にたくなる」のか。「死にたくなる」ほど「落ち込む」病に、うつ病 (Major Depressive Disorder) があります。うつ病は、わが国では 100 万人以上、世界では 3 億人以上の罹患者がいると推計されています。そして、自殺者の半数がうつ病であったと考えられています。残念なことに、患者数は増加の一途を辿っています。

私は、精神科臨床の実践 (臨床心理学、認知行動療法) と、うつ病の病態解明や治療法の開発 (異常心理学、認知行動病理学) に取り組んでいます。うつ病と言えば、「休養」や「薬物療法」が必須、「認知行動療法」が有効、「励ましてはいけない」などが有名です。しかし、一口にうつ病と言っても、十人十色、治療やケアの方針も様々です (うつ病もいろいろ、です)。こうした多様なうつ病に対して、私 (たち) は、「どう休むと良いのか」「どう励ますと良いのか」、そして「どう落ち込むと良いのか」という関心を持ち、日々実践と研究を行っています。一人でも多くの方のお役に立てるような実践やデータを提供すべく精進しています。

甲田 宗良 さん (Munenaga KODA)

【ご所属】 琉球大学大学院 医学研究科 精神病態医学講座

【ご連絡先】 mkoda@med.u-ryukyu.ac.jp

【ホームページ】 <http://w3.u-ryukyu.ac.jp/psy/>

【その他】 心理学者・実践家の方々には、「うつ病」や「抑うつ」をご専門とされている方が多くおられると思います。沖縄に遊びに来られるついでに、当科でうつ病談議に花を咲かせたい方、是非ともご連絡頂けると幸いです。「めんそーれー」(ちなみに、私は京都人です…)