

自殺の科学 ―自殺予防のために―



東海大学医学部専門診療学系精神科学 山本賢司

日本の自殺率はここ数年減少傾向にありますが、他の先進諸国に比較すると未だに高率であるといわれています。自殺については疫学や遺伝学、薬理学など様々な領域で研究が行われていますが、自殺の原因は未だに解明されていませんし、自殺のハイリスク者をスクリーニングする方法も確立されていません。しかし、以前に自殺率の高かった北欧諸国では、一般市民への自殺に関する啓発活動、医療関係者に対するうつ病の専門研修、自殺予防のためのネットワーク作りなど複合的な対策を行い、自殺率を減少させた実績があります。日本でも2007年に自殺総合対策大綱が閣議決定され、以降、複合的な自殺対策が行われています。私自身も相模原市の精神保健福祉センターとともに、地域の自殺の現状を明らかにする研究や自殺未遂者支援のための地域ネットワーク構築に関する研究に従事してきました。今までの知見・経験から、複雑な自殺の問題へ対処していくためには、患者さん、家族、周囲の人々、医療関係者、行政担当者が力を合わせる事が大切であると考えられています。

今回の講演では、自殺についてどこまで科学的な研究が進んでいるのかということと、そのような研究が自殺予防対策にどのように生かされているのか、そして、医療機関や地域では自殺予防対策がどのような形で進んでいるのかについて、お話をさせていただきたいと思います。講演の内容が、皆様にとって少しでも役立つことを願っています。