

産業医のための職域メンタルヘルス  
不調の予防と早期介入・支援ワークブ  
ック

疾病性の気づき助ける管理監督者用  
教材例  
：職場での精神症状の出方

## 疾病性の気づき助ける管理監督者用教例 ：職場での精神症状の出方

1

## 疾病性の気づき

- ・気分障害の疾病性の気づきおよび診断
- ・アルコール依存
- ・適応障害
- ・統合失調症

▶ 2

## 気分障害の疾病性の気づきおよび診断

### ▶ 大うつ病(主にメランコリー型うつ病)

- ◆ 残業が増え、遅刻や無断欠席が目立ってくる
- ◆ 作業能率が低下し、ミスが目立ってくる
- ◆ 朝方に気分が悪く、朝刊が読めないといった傾向がみられる
- ◆ 身だしなみが悪くなる
- ◆ 人と視線を合わせなくなり、会話も少なくなる
- ◆ 仕事への自信をなくし、周囲への迷惑を心配し、突然「やめたい」という。

▶ 3

## もしもドラえもんが大うつ病になったら

- ▶ 四次元ポケットから取り出す道具に迷う。
- ▶ 四次元ポケットから取り出す道具を何度も間違える。
- ▶ 朝、元気がなくのび太の相手ができないが、下校後はそこそこ対応ができるようになっている。
- ▶ ひげが汚い
- ▶ のび太と目を合わせず、言葉数も少ない。  
『ドラえもん！！』『……』『ジャイアンがいじめるんだ、なんとかしてよ！』『……』どこでもドア……』『それじゃあ意味ないよお』『ご……ごめん……』
- ▶ 最近道具のチョイスに自信がないと言い始め、突然『未来へ帰る』と言い始める。

▶ 4

## 気分障害の疾病性の気づきおよび診断

### ▶ 双極性障害(躁病期)

- ◆ 同僚や上司のと口論やトラブルを起こす
- ◆ 上司の指示もなく、また心配もないのに長時間残業をし、なかなか帰らない
- ◆ 取引先とのトラブルを起こす
- ◆ 費用や会社の規模からは考えられないような契約を行う
- ◆ 気分が異様に高揚したり、怒りっぽくなったり、攻撃的になったりして、他人から明らかに「普段とは違う」と思われてしまう

▶ 5

## もしものび太が双極性障害(躁病期)になったら

- ▶ 坂本先生と口論をしたり、ジャイアントケンカしたりする。  
『ぼくは、ジャイアンなんか一瞬で勝てるぞお！』
- ▶ 先生が指示したわけでもないのに、学校に長時間残って勉強し、なかなか帰らない。  
『寝なくて、ずっと勉強できるよ、ドラえもん！』
- ▶ スネ夫しか買えないようなヘリコプターのラジコンを買ってくる。
- ▶ いつもよりよく喋り、気分が高揚して「しずかは僕の女だ」と言ったり、ドラえもんを怒鳴ったり、ジャイアンに不必要に歯向かったりと、明らかに「普段とは違う」と思われてしまう。

▶ 6

## アルコール依存症

アルコールを飲んでもなかなか酔った感じにならない・・・  
アルコールが切れると禁断症状が出る・・・  
飲むことを調節できない・・・

- ◆ 突然の遅刻や欠勤が目立つ
- ◆ 連休や休み明けに休みが多い
- ◆ 仕事中にアルコール臭をさせる。朝から臭う場合もある
- ◆ 職場や飲み会でよく喧嘩をする
- ◆ 飲み会のあとに事故にあったり、ケガをしたりする
- ◆ 取引先でトラブルを起こす

▶ 7

## もしも、アンパンマンがアルコール依存症になったら

- ▶ 助けを呼んだものの、バイキンマンをやたらと待たせたり、結局助けに来なかったりする。
- ▶ 月曜日や連休明けは助けに来ないことが多くなった。
- ▶ 「僕の頭を食べなよ」と言うが、アルコール臭がキツくて子供には食べにくい。
- ▶ ジャムおじさんやパタコさんとしょっちゅう喧嘩をする。
- ▶ みんなで楽しくピクニックをした後に、帰宅する途中に飛べなくなったり、墜落してけがをしたりする。
- ▶ 協力するはずの食パンマンとトラブルを起こす。

▶ 8

## 適応障害

《適応障害が現れるケース》

- ◆ 新入社員などが新しい職場環境に適応できない
  - ◆ 専門家が期待される職務を果たせず、その後に不調を訴える
  - ◆ 昇進にともない責任が大きくなったものの、その職務を果たすことができず不調を訴える
- ⇒ こうしたことが原因で以下のような症状が3カ月以内に現れる
- ・ 不安、抑うつ、イライラして過度に焦る
  - ・ 何らかの事柄に過度に敏感になる
  - ・ 無断欠勤、物を壊す、無謀運転、ケンカなどの行動異常

▶ 9

## もしも孫悟空が適応障害になったら

- ▶ ナメック星に移動後、毎日不安や、イライラを訴える。
- ▶ 「地球の未来はお前にかかっている！」と言われ続け、数々の敵と戦ってきたが、最近は憂鬱になることが多く、テレビのニュースに過度に敏感になっている。
- ▶ ついにスーパーサイヤ人になれたが、思ったように敵を倒すことができず、最近は敵前逃亡したり、舞空術で蛇行飛行を繰り返したり、物を破壊したりするようになってきた。
- ▶ ベジータが戦闘に対する解説を始めても、イライラして過度に焦り、早く喋るようにせかすようになった。

▶ 10

## 統合失調症

- ◆ 職場で理由もなくひとりで笑ったり、ボソボソと独り言を言う
- ◆ 突発的な暴力、暴言、奇異な行為などの予期せぬ行動をとる
- ◆ 長時間、表情が乏しくてボーッとしている
- ◆ 周囲が理解できないような、上司・同僚からの被害を訴える  
例) Aさんが生霊になって襲ってくるんです・・・。
- ◆ 上に挙げられたこれらのことから、作業能率が低下し、集中できず、離席が目立つ

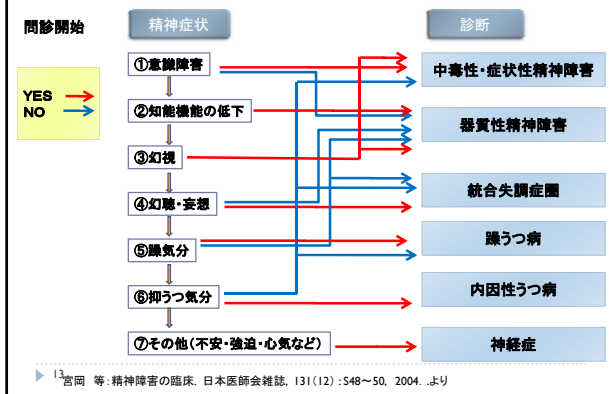
▶ 11

## もしも、サザエさんが統合失調症になったら

- ▶ 理由もなく、庭で笑ったり、キッチンでボソボソと独り言を言う。
- ▶ 突然、ほうきを振り上げ、タマに襲いかかったり、『コラ！タラオ！』とタラちゃんに暴言を吐いたりする。
- ▶ 居間集まっている時も、表情が乏しくボーッとしている。
- ▶ 「タイ子が生き霊になって襲ってくる・・・」といった、周囲から理解できないような被害を訴える。
- ▶ 上にあげたこれらのことから、作業能率が低下し、家事に集中できず、家の中をうろろしている。

▶ 12

## 症状から見た鑑別診断の考え方



疾病性の気づき助ける管理監督者用教材例：職場での精神症状の出方：学習のポイント  
(スライドは管理監督者研修にも活用できます)

スライド13 症状から見た鑑別診断の考え方

面接中に ICD-10 や DSM-IV-TR などを参考にしながら面接をすることは困難であるが、宮岡により、精神症状からどのような精神疾患を考えるかの概要がフローチャートになっているので、明確に割り切れるわけではないが、面談時には利用できる。