考えよう 私たちの 健康

うつ病と免疫のはなし

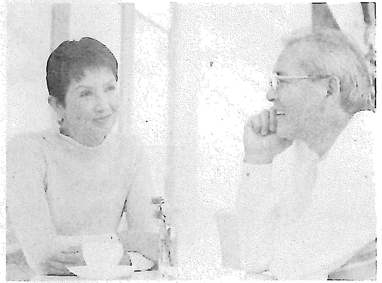
監修／国立病院機構呉医療センター・中国がんセンター
精神科科長 副臨床研究部長
竹林 実 先生

企画・制作／広島朝日広告社

今回はうつ病と免疫の話をしたい。うつ病と免疫は一見かけ離れたものに見えるが、実は類似性が非常に多い。うつ病は、何らかの心理社会的ストレスが誘因となって気分の落ち込みや意欲・興味の低下などの精神症状が生じることが一般的であるが、ストレスにより免疫力が下がり、発熱やかぜのような症状を引き起こされたり、アレルギー反応が引き起こされ、さまざまな身体疾患(気管支喘息、偏頭痛、過敏性膀胱、高血圧、胃潰瘍、潰瘍性大腸炎、過敏性腸症候群、関節リウマチ、蕁麻疹など)が誘発されたり、増悪したりする。学生の試験のあとや大きなライフイベント・仕事をやり遂げた後に、しばらく寝込むなどは、病気とはいかないまでも、ストレスにより免疫力が下がり、一時的なうつ状態が引き起こされたといえるであろう。

このような、免疫を介した心身相関は、〝精神免疫学〟という学問の分野や、いわゆる「病は気から」という言葉の上では古くから知られている事実である。がん患者においても、心理社会的ストレスにより免疫抵抗力が下がり、生命予後が短くなるという研究が1990年代から報告されるようになり、がん患者への精神科医の介入によるうつ状態の改善が必要と考えられるようになり、がん拠点病院での精神科医の配置の必要性の学問的基盤の一つ(サイコオンコロジー)となっている。

特に免疫系の身体疾患を有していない、うつ病の患者の血液を解析しても、サイトカインとよばれる炎症性免疫物質が高いことが知られている。また、うつ病に関与する遺伝子の多くは免疫系にも関連する。これらのうつ病に伴う免疫異常は、病気としての観点だけではなく、海外の一部の研究者は、人間の進化の過程で、感染などを防ぐためなど何らかの利点があったから遺伝的に備えられたと考えている。本当かどうかはわからないが、感染に似たうつ症状は、先史時代の環境では感染症者との接触を避けて、感染の拡散防止のために死亡率の低下として有用なために、遺伝子に組み込まれたままでいるとの説もある。うつ病が進化上淘汰されず、高い有病率を示す理由の一つになるかもしれない。



うつ病の治療においても、この免疫・炎症を考慮した治療が海外で開発されつつある。従来の抗うつ薬に抗炎症薬であるNSAIDs(アセチルサリチル酸)の追加投与の効果は繰り返し報告されている。また、難治性うつ病に対して、炎症性サイトカインであるTNFを抑制する抗TNF-αモノクローナル抗体(インフリキシマブ)および阻害薬(エタネルセプト)などの効果が報告されている。その治療選択にあたり、うつ病患者のうち炎症・免疫反応が特に高い患者を識別できる血液マーカーの開発も合わせて、近い将来、うつ病の新しい診断・治療として登場することが期待される。