

遠慮がちにひそめた声で電話がかかる。「会社員の息子が精神的に不安定になり、眠れず、昼夜逆転の生活になってきているのだけど、病院には行かないし、田舎で近所に知られたらうわさになるし、家族が参ってしまつて…」と、胸が痛くなるような相談である。私と同年代の方らしい。「一日も早く、明日にでも精神科に連れて行くしかありません

精神科のすすめ

ん。一番苦しいのはご本人です!」。つい強い口調になり、反省する。このころ、こんな相談の電話が多いの

ツブキ



集まる日差し

は、ストレス社会が深刻になってきたのか。

精神病は人口の2%とい

われるけれど、自分の不安定を意識し、病院に行こうかと思っている人は、この十倍ぐらいいるといふ統計を見たことがある。

あなたが、もし不安定を感じているなら、あなたが周りの人たちよりまじめで正直で、とても優しい性格だからだろう。もはや精神科へ行くのをためらった、隠したりする時代ではない。胃や腸の病気と同じように、脳の調子だって悪くなる。こんな社会で生きていかなければならないのだから。大きな顔してどんどん行く精神科へ。