

各種疾患・病態におけるうつ病・  
気分障害の合併の実情  
身体疾患とうつ病

# 不妊症とうつ

リプロダクションクリニック大阪・東京 スーパーバイザー  
松林 秀彦

## はじめに

日本人は年齢や結婚の有無、子供の有無を平気で他人に聞くことがタブーではない不思議な民族で、欧米人には考えられないことである。このような理由から、日本では不妊症女性の精神的要因が強いのではないかと考え、筆者はリエゾン精神医学が専門の精神科医とチームを組み、日本人の不妊症女性の精神的要因について研究してきた。本稿では、最新のデータからフローチャートを作成(図)したので、これをもとに解説する。

## 不妊症と精神的因子との関係

### ①「不妊症」→「不安」と「抑うつ」

不妊症女性の心理で最も研究され、その重要性が指摘されているのは「不安」と「抑うつ」である。「不安」は不妊検査や治療に対するストレスあるいは治療が失敗するかもしれない恐れからくるとされている。一方、「抑うつ」はなかなか妊娠できない、あるいは今回の治療でも妊娠できなかったという落胆からくるといふ。これらの精神的因子は不妊症の結果であることに疑いの余地はない<sup>1)</sup>。

日本の不妊症女性の「不安」と「抑うつ」に関与する因子を分析したところ、夫のサポート不足とストレス感がそれぞれ30%ずつ関与していた<sup>2)</sup>。また、誰からプレッシャーを感じるかについては、義理の父母と親戚が上位を占めた<sup>2)</sup>。このような状況は、日本独自のものかもしれない。外国では通常、不妊クリニックには夫婦で通院するのが当たり前であり、夫のサポート不足という回答はあり得ない。同様に、外国では通常、両親や親戚も夫婦の問題に口を挟むことは基本的でない。「お子さんはまだ?」「早く孫の顔が見たいわ」など、軽卒でおせっかいな一言が多い日本の習慣に問題があるとも考えられる。

### ②「不安」→ 妊娠率↓、「抑うつ」→ 妊娠率～

心配したり、落ち込んだりすると妊娠しない。つまり、「不安」「抑うつ」→「不妊症」の図式について成り立つのかどうかについては、これまで多くの研究が行われてきたが、結論が出ていなかった。1978～2010年に発表された論文で、ストレス(認知できるストレス、仕事のストレス、人生の中での重大な出来事など)、ジストレス(不安、抑うつ)と体外受精での妊娠率を前方視的に検討した31論文をメタ解析により調査したところ、「ストレス」と「不安」が体外受精の妊娠率を若干低下させる(8～14%低