

## 新型コロナウイルスの流行下で一般市民のメンタルヘルスは悪化した

### 悪化したのは特に低所得者、呼吸器疾患を抱える者だった

—COVID-19 アウトブレイク時における一般市民の予防行動に関する研究結果⑤—

#### 【概要】

- 2020年2月末と4月初旬の2時点で、日本人男女2,400人を対象にインターネット調査を実施しました。
- この間、メンタルヘルス不良者（重度のうつ・不安障害が疑われる者）の割合は、9.3%（2月末）から11.3%（4月初旬）に増加しました。
- 新型コロナウイルスの感染対策には、並行してメンタルヘルス対策を実施することが重要であると考えられます。

東京医科大学公衆衛生学分野の菊池宏幸らは、関東地方在住の20-79歳の男女2,400人を対象に、新型コロナウイルス感染症アウトブレイク時における一般市民の予防に関する考えと行動に関するインターネット調査を2020年2月及び4月に実施しました。その研究成果が2020年9月19日に国際医学雑誌 Journal of Epidemiology オンライン版で発表されました。

#### 【研究内容の要約】

新型コロナウイルス感染症（以下、「新型コロナ」とする。）が世の中で危惧され始めた2020年2月下旬、および緊急事態宣言が出される直前の4月初旬の2時点で、関東地方在住の20歳から79歳の男女2,400人にアンケート調査を行いました。K6というツール<sup>1</sup>を用いて、重度のうつ・不安障害が疑われる程度のメンタルヘルス不良（ $K6 \geq 13$ 点）の有無を判定しました。

その結果、新型コロナが国内で急速に拡大していた時期に、メンタルヘルス不良の割合は、全体で9.3%（2月末）から11.3%（4月初旬）と約2%増加していました（図1）。また、個人属性別に検討した結果、低所得者（年収400万円未満）および呼吸器疾患の持病を有する者で、メンタルヘルス悪化の程度が大きかったことが明らかになりました（図2）。

メンタルヘルスが悪化する理由として、新型コロナへの感染・死亡、さらに隔離されること等への不安感・恐怖感等が考えられます<sup>2</sup>。また、新型コロナは、呼吸器疾患・心疾患等の基礎疾患を有する場合、感染時に重症化する可能性が高いとされています。そのため、呼吸器疾患をもつ方では、重症化への不安・恐怖感がより大きいのではないかと推察されます。

また、本研究により、メンタルヘルスの悪化は低所得者でより大きいことが示唆されました。新型コロナの流行により、収入の低下や解雇などの社会経済的影響が生じていたり、あるいはその心配があることが影響しているかもしれません。

2003年のSARS（重症急性呼吸器症候群）流行時の香港では、市民のメンタルヘルスが悪化、

自殺者数の増加がみられました<sup>3</sup>。今後、自殺など深刻な事態を避けるためにも、メンタルヘルス対策が重要となります。その際、メンタルヘルスが悪化するリスクの高い基礎疾患を有する者や低所得者に配慮した対策が求められます。

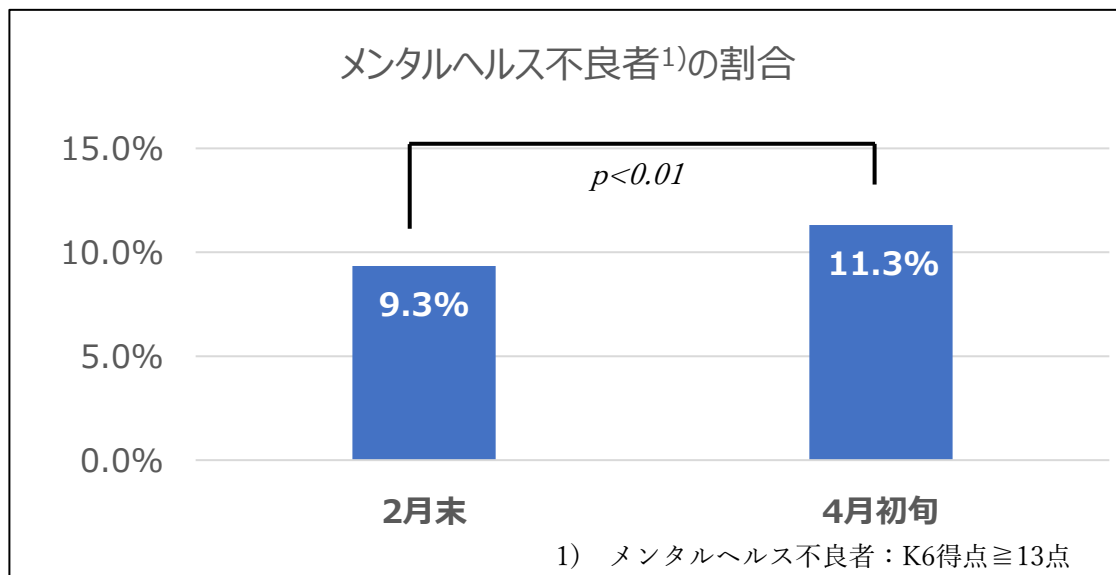


図1. メンタルヘルス不良者の割合の変化

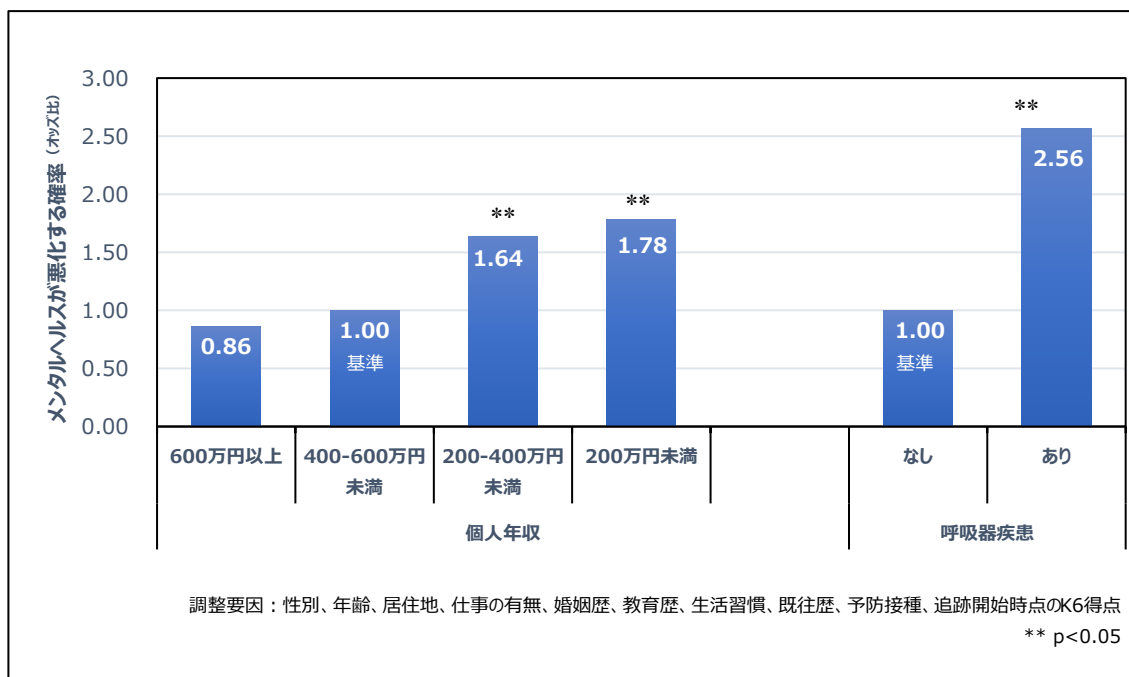


図2. 年収・呼吸器疾患の有無とメンタルヘルス悪化との関連

## 論文情報

掲載紙： Journal of Epidemiology

論文名：Changes in psychological distress during the COVID-19 pandemic in Japan: a longitudinal study

著者名：菊池 宏幸、町田 征己、中村 造、齋藤 玲子、小田切 優子、小島 多香子、渡邊 秀裕、福井 敬祐、井上 茂

(査読済み)

## 先行文献等

1. K6 は米国の Kessler らによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されています。この K6 で 13 点以上の方は、重度のうつ・不安障害が疑われます。(出典：厚生労働省、国立精神・神経医療研究センター)
2. Bao Y, et al. (2020) *Lancet*; 395(10224):e37-e38.
3. Yip, P.et.al. (2010) *Crisis* 31, 86-92

### 【問い合わせ先】

東京医科大学 公衆衛生学分野 氏名: 菊池 宏幸、町田 征己、井上 茂

E-mail: [TMUPHIC.2020@gmail.com](mailto:TMUPHIC.2020@gmail.com)

## その他の新型コロナウイルス感染症に関する当分野の研究結果

[研究結果①：感染予防行動のうち「目鼻口に触らない」の実施率が最も低い](#)

[研究結果②：予防行動に関する行動変容は男性と低所得者で少ない](#)

[研究結果③：風邪症状のある労働者の多くが十分に自主隔離できていない](#)

[研究結果④：COVID-19 パンデミック下においても マスクを正しく使用している者は少ない  
～マスクマネジメントに関するさらなる啓発が求められている](#)