



鬱 ぼんやり

負け犬(35歳+子無し+未婚)

+
鬱病

何が悪いっ!!

鬱 ぼんちり
木 はん



負け犬の上塗り？

ちんも
珍しくな
ぬーんた
たは



鬱laほんやり

鬱病になっちまったダ！

鬱病奇行全集①

鬱マンガ

鬱病女にQ&A！

鬱病お薬大全

鬱病奇行全集②

鬱マンガ

鬱病奇行全集③

鬱マンガ

鬱病娘からは乳が出る！

22 20 18 16 14 12 10 8 6 4

鬱病になっちまったダ！

——ひとはいつ鬱病になる？

あたしが何をしたらって言うの!?

なっちまいましたよ、鬱病。鬱病になっちまいましたよ！

「35歳、未婚、子無し、フリーター、鬱病」悶絶女の闘病記（現在進行中）!!

いつウツになった!? 知るか、ンなもん

こんにちは！ あたしK子。ライター事務所で働く、「35歳＋未婚＋子無し」の酒井順子が言うところの立派な負け犬！です。

ライター事務所というのは、無茶苦茶忙しいところです。朝の5時に家に帰って、そのまま朝9時に出勤なんて生活も当たり前です。いつそ、会社に泊まった方が楽なのですが、それはしてはならないこととされていました。もちろんトラブルなんて日常茶飯事です。

方なのです。そう、だんだん、死にたくなってくるのです。

アタシがない方がみんな幸せになれるのよ

もう、死んじゃう、ぐすん……。

こんな感じ。

そう、あたしは、鬱病になってしまったのです。

20代のときにやらかした鬱病の時には、ちょうどだけ医者にかかつて薬を貰い、あとは気合いと根性で治してしまっただけですが、30代になつてからの鬱病は実にしつこかった。気分ががっくりと落ち込んで、何もする気が起きなくなりましたのです。

「35歳＋未婚＋子無し」という、負け犬に「鬱病」まで加わってしまったのです。いきなり女の終着点にたどり着いてしまいました。さらに、鬱病の酷さからお暇を出されてしまいました。つまり、「35歳＋未婚＋子無し＋鬱病」に、「無職」が加わってしまったのです。最悪だ。

こうして、鬱病はますます酷くなる一方なのです。しかし、なぜに鬱病になったのか、まったく分かりません。仕事が忙しくて、トラブル続きだった、というのではありませんが、いままでだつてずっと忙しかったのです。なにしろ、

でも、すべては気合いと根性です。気合いと根性さえあれば、どんなトラブルだつて乗り越えることができるのです。意味もなく「ギャオー！」と叫べば、気分が快、一発解消なのだ。

ところが、だんだん気分がブルーになることが多くなってきたのです。ただ、もともと、性格が明るい方ではないので、全然気になりません。それどころか、そういう危機的状況に追い詰められると、それなりにテンションが高くなつていくのです、ギャオー！

と・こ・ろ・が・つ！ ギャオー！と叫んでも、まったく効果がなくなり、このブルーな気分がどんどん酷くなる一

あたしは新聞社の小間使い、(インチキ)裏ビデオ販売事務、印刷所営業などなど、そもそも楽な仕事に就いたことすらないのです。

調べてみますと、鬱病になる原因には、だいたい次の2種類があるようです。

環境の変化

原因不明

環境の変化は先ほど説明したように、あたしには当てはまりません。そうすると、あたしの場合は、2つ目ですね。原因不明……って、なんじゃそりゃあー！ これじゃあ、なんで鬱病になつたか分からないじゃないですか。

そう、わからないのです。原因が分かれば、解決方法も見つかるでしょうが、原因が不明なので解決方法が見つからないのです。ひたすら、投薬治療です。仕事もお休みして、毎日が日曜日になりました。全然治りません。仕事が忙しいせいではなかったようです、やっぱり。忙しいのは嫌じゃないんだもの。

かくして、鬱病との戦いはいまだに続いているのです。いつまで続くのでしょうか……。

鬱病奇行全集①

目が覚めたら別の場所？

鬱病患者の多くは真面目なひとたちです。ところが、真面目なものにもかかわらず、トンデモなことをしてしまうのです。薬を飲んだら、記憶がないってどういうこと!?

記憶が消えた！ なのに、問題無しだった!?

鬱病になって、一番大きな変化は、たくさんのお薬を貰えるようになったことです。鬱病の人によっては、薬が大好きで、貰っている薬の自慢をしてしまう人がいます。その点あたしは、過去にも鬱病をしていますし、もう35歳です。薬自慢なんて、子供じみたことはしません。ただ、薬は大好きです！

眠れない！

ある夜、あたしはまったく眠ることができませんでした。

鬱病患者が夜眠れない、というのはよくあることです。だから、睡眠導入剤を処方されるのですが、こいつがちっとも効かないのです。いつもなら、1時間程度でガンガンに効いてくるはずの睡眠薬がまったく効かないのです。目玉がランランとしています。

眠れないというのは、実に辛いものです。なにしろ、夜中にするなんて何もありません。なのに、眠れない。眠れないから、ついつい気分がブルーになるようなことを考えてしまい、ますますブルーになるといって、鬱病スパイラル状態になってしまうのです。これは、怖い。

かくして、睡眠薬を通常摂取量の2倍、3倍と飲ん

でしまうのでした。ちなみに、**度を超すと死ぬ**こともあ

るので、注意が必要です。しかし、あたしは過去に何度も自殺未遂をしている睡眠薬のプロです。身体が薬に耐性がついているので、ちよつとやそつとじゃ死んだりしないのです。頑丈なんです。

かくして、その2日後、ぱつちり目が覚めました。気分爽快！しかし、ほんのちよつとだけ問題がありました。2日間ずっと寝っぱなしではなかったのです。2日間、ちゃんと起きて生活していたのです。

しかし、あたしには、記憶がない……。2日後、気持ちよく目を覚ましたことしか知らないのです。なので、あたしの周辺の方々より、その間の行動を証言していただきました。

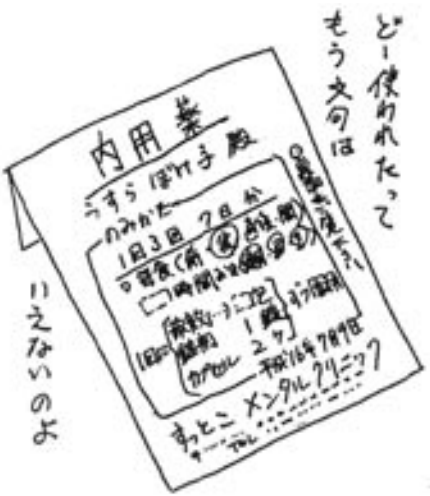
「プリー」電話をしていたのですが、突然『Yahoo!! BBの利用料金を払いに行く』と言って「コンビニ」に出かけてしまいました。こんな夜中に払う必要はない、と言ったのですが聞き入れてはくれませんでした」

覚えてないなあ。ちなみに、ちゃんと支払いはできたらしく、領収書が手元に残っていました。とびひひひは、ちゃ

んと払ったんですね。

母「朝ご飯の支度も、洗濯も完璧でした。ちゃんと干してありました。ただ、ちよつとラリっていたので、洗濯物を折り畳めずに苦労してはいたようです」

記憶のない、ラリった頭でも日常生活をきちんと歩んでいたようです。それどころか、ちゃんと献立も考えて買い物までしているのです。失業して、約1年。無意識に身体が動くほど、「すっかり主婦業が身についてしまったようです。なんか、哀しい。



鬱病奇行全集②

——ご飯を食べてない気がする？

どうしても喰っちまう!! だって、そこに食べ物があからぶくぶく肥ってオッパイが立派になっちゃったよ!
かくして、あたしはダイエットを開始したのだが、そこにも畏が!!

あれ? なんか食べちゃうよ
気づいたら何にも食べてないよ

鬱病の人は、短期間のうちに肥ったり、痩せたりを繰り返すことがよくあります。理由は不明。どうも薬の副作用らしいのですが、あたしはよく知りません。

気づくとあたしは、過食状態になっていました。過食状態といっても、おひつのご飯を、しゃもじでほじくり返して口に運ぶ、なんて野蛮なことはいたしません。こちら、これでも未婚の乙女でございます。ずーっとウォーカーズのビスケットを食べ続けていただけでございます。

りぼりと、ビスケットを食べ続けてしまったのです。なぜなら、そこにウォーカーズのビスケットがあるからです。

1か月で5キロ増量!という時点で、ようやく我に戻りました。

これは乙女の一大事!

あたしは、一念発起してダイエットを決意したのです。ダイエットの基本は、食事を減らすこと! 食事を減らした分だけ、お腹のトロが減っていくのです。

しかし、この決意があまりにも強すぎたのか、気づくとあたしは何にも食べない状態になってしまったのです。いくらなんでも、両極端に飛びすぎです。

とはいえ、何にも食べない状態です。面白いことに食べたという欲求がわき起こったりはしません。お腹も空きません。ただ、何も食べないだけ。おかげであたしはどんどん痩せていきました。ただ、ふつくと成長したオッパイは、元通りの駄乳になってしまいました。哀しい。

しかも、何も食べないと言うことは、必要栄養素が著しく不足する、という事です。気づくとあたしの肌は、かさかさになってきてしまいました。これまた乙女の一大

す。国産の安っぽい駄菓子でなくて、ウォーカーズのごろがオシャレでしょう?!

しかし、ウォーカーズはハイカロリー。こんなもの、いつまでも喰い続けていたら、ぶくぶく肥りまくるに違いないのです。

案の定、あたしは肥ってしまいました。それでも、駄乳とまで言われたオッパイが、立派に成長したのは、ちよぷり嬉しかった。もちろん、腹も成長してしまいました。これは、美容大好きあたしには、とても許せることではありません。でも、食べちゃうんだよ。止まらない、やめられない。かくしてあたしは、無意識のうちに、ぼ

事! スキンケアだけは欠かさず続けてきたのに! まったく効果がないじゃないですか!

あたしの自慢は、肌の美しさです。そのお肌、お肌がっ……!

かくして、この乙女の一大事を切り抜けるため、嫌々ながら、あたしはご飯を食べるようにしました。

この一連の事件で分かったことは、すべては乙女の一大事が解決してくれる、という事です。

ちなみに、現在は過食期を抜けて、拒食期になってます。もう、繰り返し、繰り返し。いつまで続くんだ、これは。



投薬も日々続けは
食事になる

あとがき

おたのしみただけかもしれませんがどうか。

とにかく、鬱病の一面面を、病氣自慢、薬自慢にならないように構成しました。鬱病も、場合によっては乳搾りなんて楽しみもあるのです。本人にとっては不運ですが、当事者でなければ鬱病も楽しめます。

これからもよろしくお願いいたします。



編集:加企画

発行人:加藤伯明

印刷・製本:株式会社ポプルス

2004年8月15日初版一刷発行

感想などはこちらへ。hakumei@joy.hi-ho.ne.jp

加企画Webサイト[D-STYLE] <http://www.joy.hi-ho.ne.jp/hakumei/>