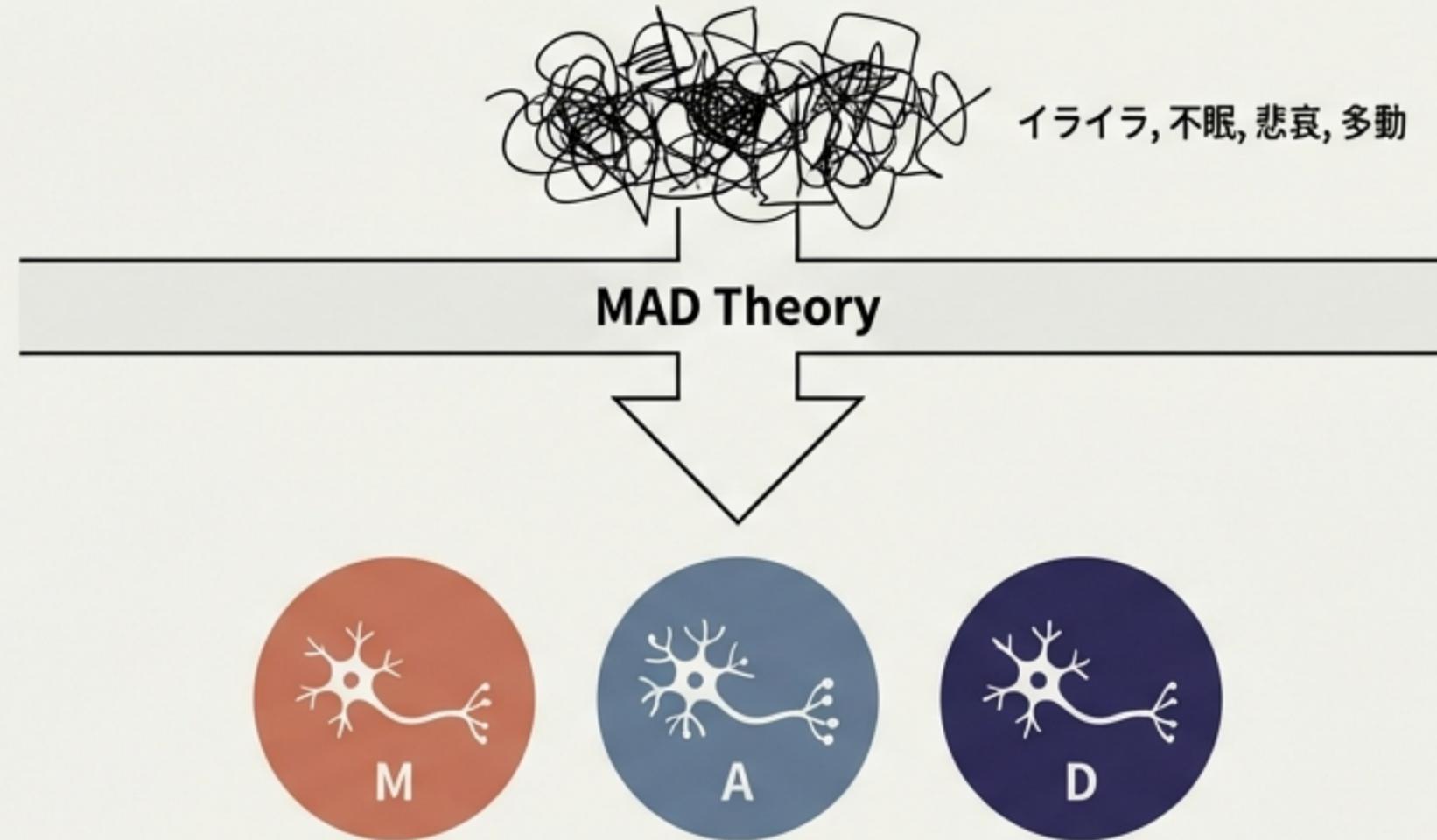


うつ病は「気分の落ち込み」 ではなく、神経細胞の 「機能停止」である

MAD理論（DAM理論）から紐解く、
5つの病前性格とうつ病の発症メカニズム。

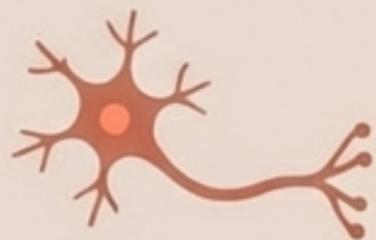


複雑な精神症状を、ミクロな細胞の「反応特性」に還元する



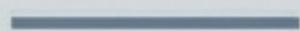
- 従来の見方：うつ状態と躁状態を、表面的な「気分の波」として捉える。
- MAD理論のアプローチ：脳を構成する神経細胞を、反復刺激に対する「電気生理学的な反応パターン」で3つに分類。
- 結論：病前性格も、うつ病の発症も、すべてはこの3種類の細胞の「分布バランス」と「稼働状況（疲労）」でシステムの的に説明できる。

神経細胞の3つの基本特性（MAD細胞）



M細胞（Manic）

反復刺激で反応が増大。熱中性・精力性・高揚性を担う。
限界を超えると急停止する。



A細胞（Anancastic）

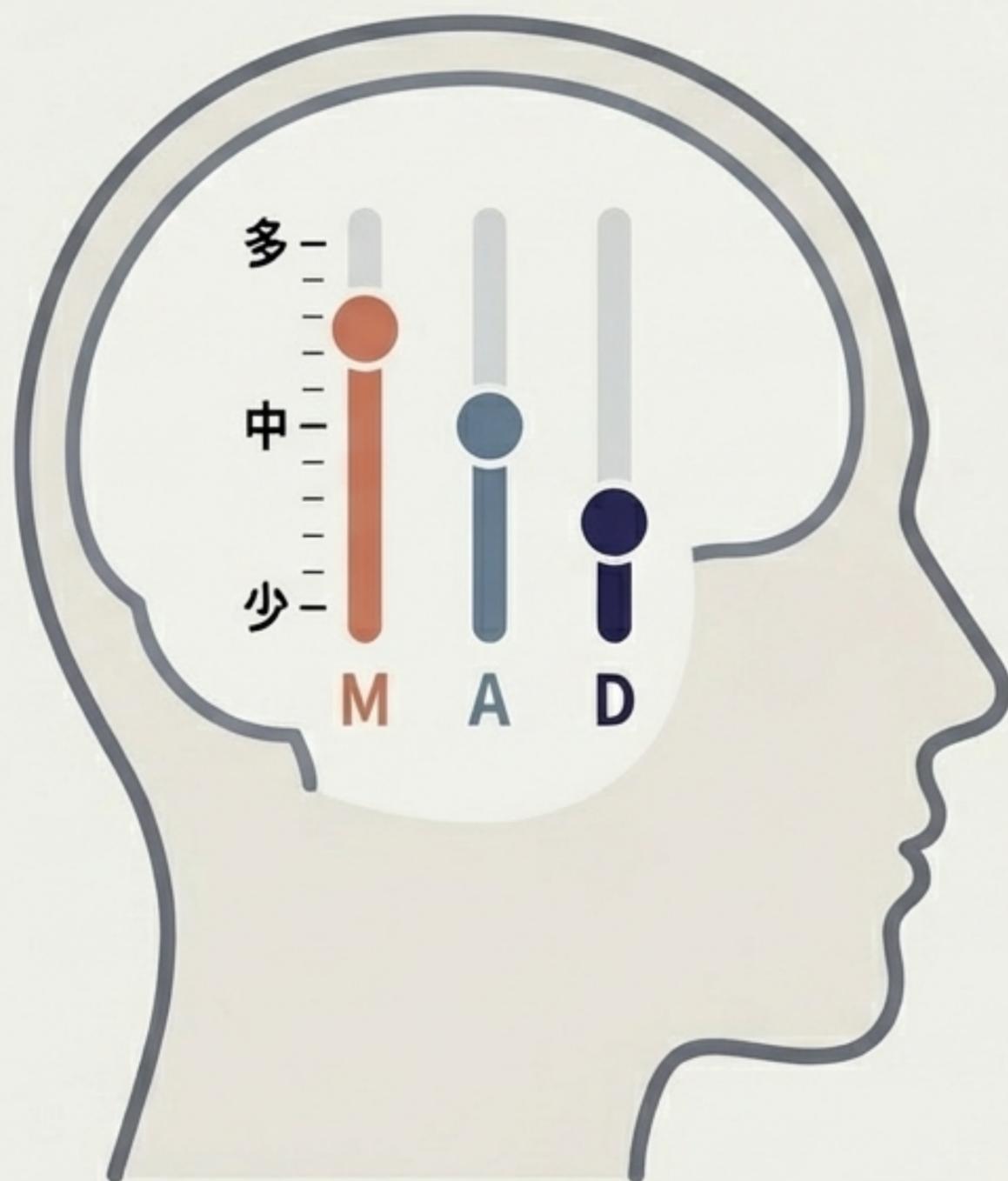
反復刺激に対し常に一定の反応。几帳面さ・強迫性・持続性を担う。
根気強いが、やはり限界はある。



D細胞（Depressive）

反復刺激で急速に反応が減衰。弱力性・生体保護を担う。筋肉
肉の断裂などを防ぐため、人間の細胞の大半はこのベース特性を持つ。

MAD細胞の分布バランスが、個人の「性格」を創り出す



性格のパラメータ化：脳内にM・A・Dの細胞がどの割合で分布しているか。その組み合わせ（パラメータ）が、人間の性格傾向（病前性格）を決定する。

ここから、代表的な「5つの病前性格」をMADのイコライザーで分解していく。

プロフィール1：執着気質（最もエネルギーが高く、焼き切れやすい）



MAD配合：M【多】・A【多】・D【多】

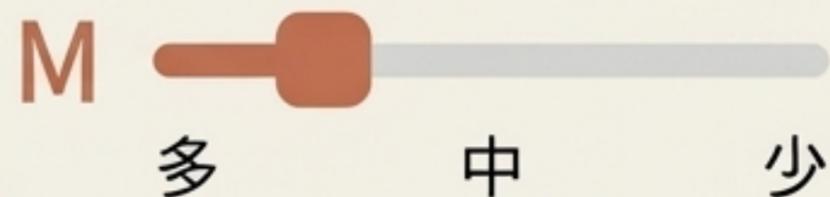
特徴：仕事熱心、完璧主義、徹底的で強い責任感。

メカニズム：熱中するエンジン（M）と、反復・持続するエンジン（A）が両方フル稼働している状態。極めて有能だが、細胞のエネルギー消費が最も激しい。

プロフィール2：メランコリー親和型性格（秩序とルールの守護者）

mAD

MAD配合: M【少】・A【多】・D【多】



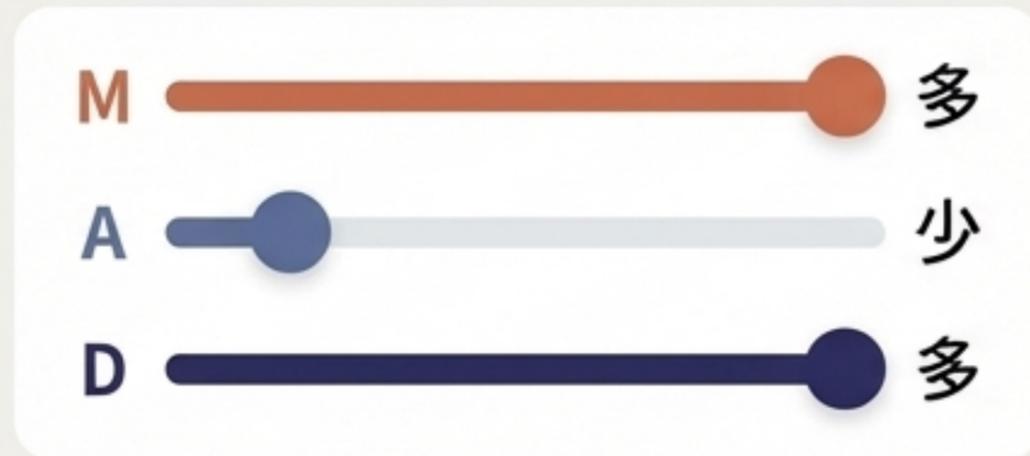
特徴: 真面目で几帳面。秩序やルールを厳守し、他者からの頼み事を断れない。



メカニズム: 熱中（M）よりも、冷静に一定のペースで反復・継続する力（A）が前景に出ている状態。伝統的なうつ病の基盤となる。



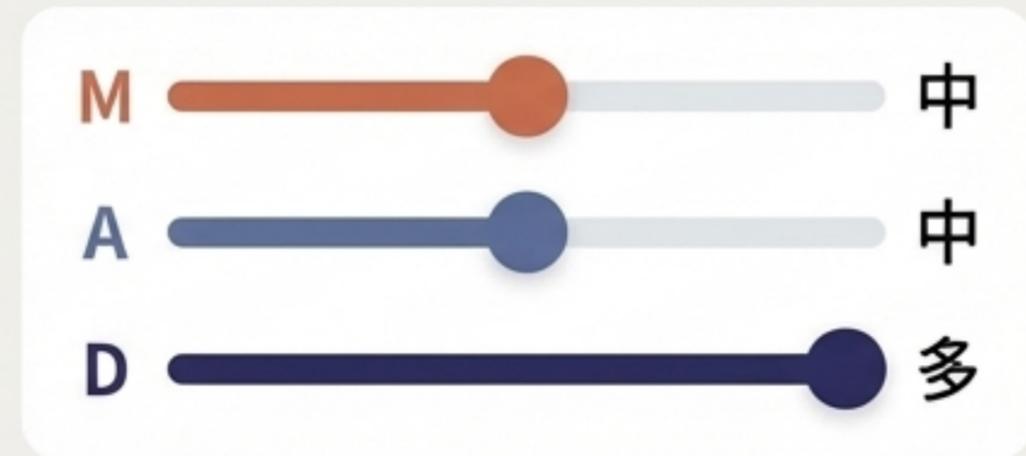
プロフィール3&4：循環気質と双極II型（活動性のグラデーション）



循環気質

MAD配合: M【多】・A【少】・D【多】

社交的で活動的だが、持続性（A）に欠ける。双極I型（激しい躁うつ）の基盤。



双極II型（病前）

MAD配合: M【中】・A【中】・D【多】

活動性（M）と几帳面さ（A）が中程度でバランスしている。熱中も持続もするが、執着気質ほどの極端さはない。

プロフィール5：弱力性性格（現代型うつ病の基盤）

MAD配合: M【少】・A【少】・D【多】



特徴: 熱中性も几帳面さも弱く、容易に休止する性質。

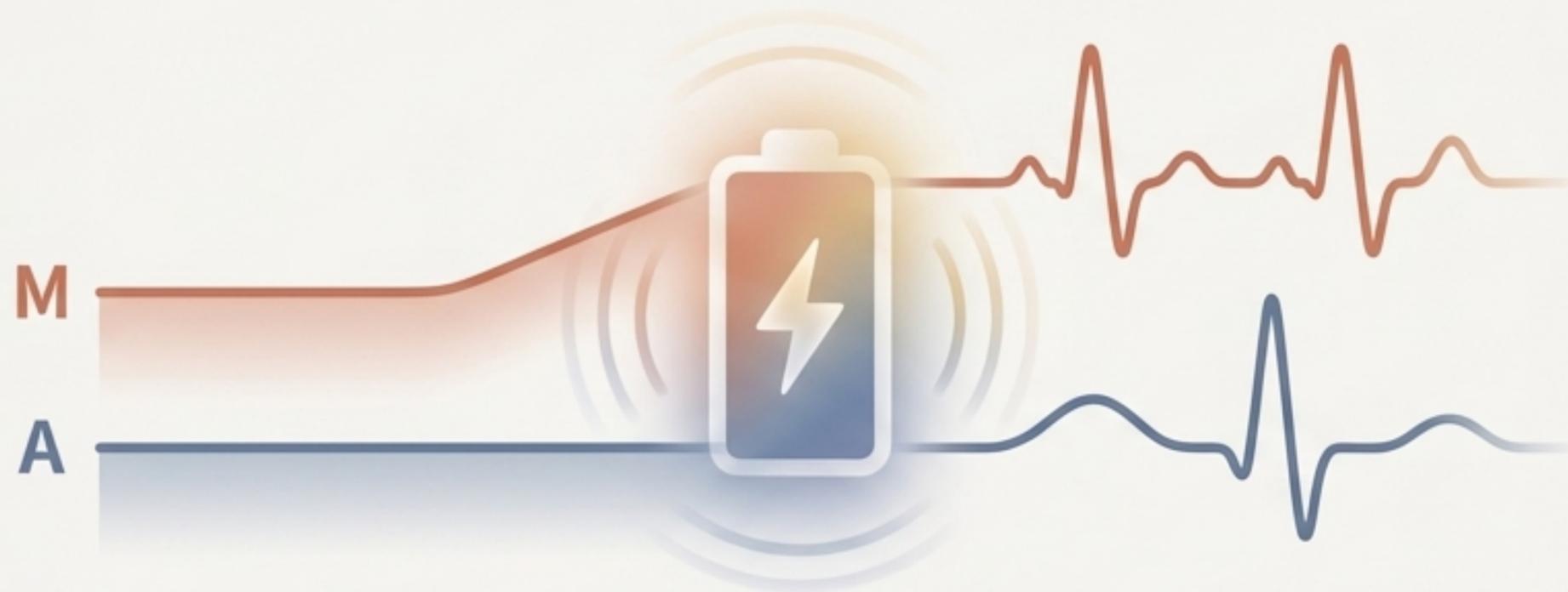
現代的特徴: 表面的には自信がないが、内面に誇大的自我（自己愛）を強く保持していることが多い。現代のディスチミア（気分変調症）親和型うつ病のベースとなる。

うつ病発症のメカニズム：「限界を超えた細胞の強制シャットダウン」



限界を超えて酷使されたM細胞・A細胞は、システム崩壊を防ぐために「機能停止（休止）」を選択する。結果として、元々生体保護のために備わっていた「休ませる細胞（D）」だけが取り残される。これが「うつ状態（M少・A少・D多）」の正体である。

治療の原則：細胞が「再起動」するまで、ただ待つこと



- うつ病は心理的な甘えではなく、物理的な「神経細胞の焼き切れ」である。
- Takeaway: 治療の基本は、機能停止したM細胞とA細胞が自然に回復するまで、時間をかけて待つこと（通常数ヶ月を要する）。
- 「頑張りがきく体質」を求めるのではなく、日々のピークを分散させ、細胞を焼き切らせないライフスタイル（環境調整）こそが最強の予防策となる。