

足柄上医師会学術講演  
 「ストレスに対する最新の治療について」  
 湘南福祉センター診療所 所長猪股丈二先生



・最近「うつ」の患者さんが  
 増えています。

軽症うつ病や仮面うつ病とい  
 われる軽症のもの、自殺などに  
 至ることのある重症うつ病のい  
 ずれも増加しています。

・「うつ」は女性に多い  
 生涯有病率は  
 女性十〜二十五％  
 男性五〜十二％  
 月経前や更年期、産後などに  
 多い。

・三十才代〜四十才代では死  
 因のトップが自殺  
 「うつ」の発見と治療に注意  
 が必要です。

うつ病に伴って起こりやすい身体症状

・睡眠障害 82~100%	・疲労・倦怠感 54~92%
・食欲不振 53~94%	・口渇 38~75%
・悪寒・嘔吐 9~48%	・体重減少 58~74%
・呼吸困難 9~77%	・心悸亢進 38~59%
・めまい 27~70%	・耳鳴り 28%
・異常感覚 53~68%	・頭痛・頭重 48~89%
・背痛 39%	・関節痛 30%
・四肢痛 25%	・発汗 20%
・振せん 10~30%	

これ等の症状が続くとき「う  
 つ」病を考えてみましょう。  
 睡眠障害は早期覚醒が特徴的  
 (はやく目がさめてしまう)が  
 特徴的です。



うつ病の治療

- ・患者さんの話を良く聴く。
- ・治る病気であることを説明する。
- ・休息を十分とる。
- ・生活リズムの立てなおし、運動が大切。
- ・薬物が良く効くが、薬物を止める時、急に止めない。減量しながらでも三年はつづける。
- ・励まさない。



うつ病についてのまとめ

うつ病はかなり多い病気で  
 うつ病というほどでなくても  
 うつ状態という場合も多くある  
 と考えられます。  
 こういう時には医師にご相談  
 下さい。



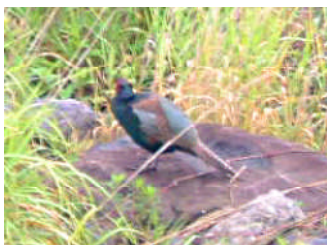
精神神経科、心療内科などが  
 専門ですが、医師は皆対応して  
 います。



専門の薬剤があり、良く効き  
 ますが、良くなるとすぐ中断し  
 てしまうケースが多く、そうい  
 う場合再発をしてしまいます。  
 薬が良く効いた場合は減量し  
 ながらも三年位は続ける必要が  
 あります。  
 カウンセリングを受けたり生  
 活のリズムを変えたり運動する  
 ことなどが効果あります。

狩川にキジがいました

このところ、朝狩川土手を散  
 歩しています。  
 中沼の水神さんの辺りで河鹿  
 (カエル)のかわいい声を聴き  
 ます。  
 先日はキジを見つけました。



院長

みなさんの質問や投稿を  
 お待ちしております。

☆受付けからのお願い

月初めには必ず保険証を  
 受付けにお出し下さい。  
 診察券は毎回お持ち下さい。

☆編集に当たり校正には十分  
 注意致しましたが、誤字・脱  
 字等がありましたらご容赦下  
 さい。

E・メールを送って下さい。  
 norikazu@okutu.jp



7月・8月の休診日

休診 日曜・祭日  
 午後休診 水曜・土曜・第4木曜  
 7月8日(木) ~  
 7月15日(木)  
 休診  
 8月14日(土) ~  
 8月16日(月)  
 盆休