



オレンジ通信

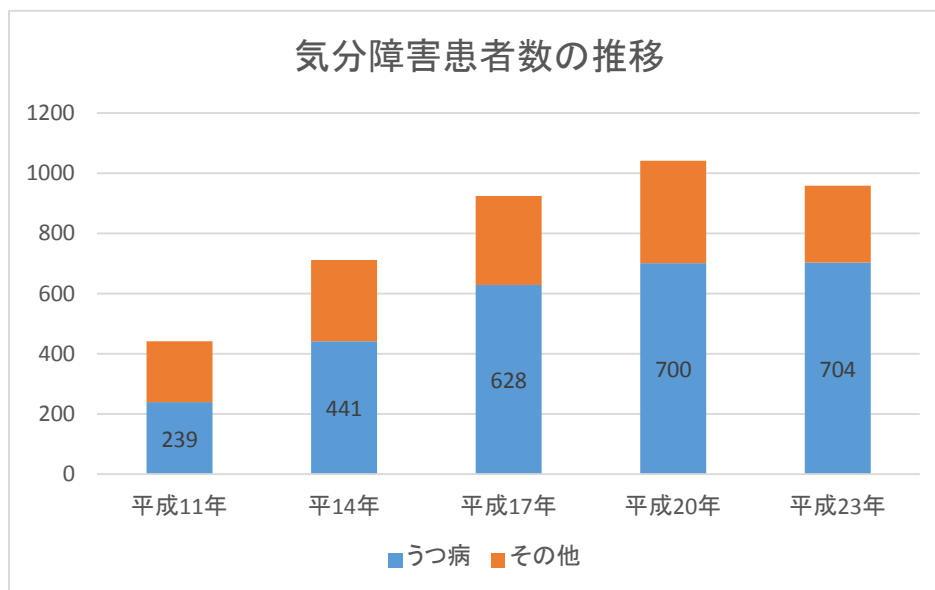
今回のオレンジ通信では、“うつ病”についての一般的な説明をしていきたいと思います

《うつ病は、誰でもかかる病気かもしれない》

近年、“うつ”や“うつ病”という言葉に出会う機会が多くなり、“うつ病”は誰でもかかりうる身近でありふれた病気と考えられるようになってきています。しかし、“うつ病”はひどくなると日常生活に大きな支障をきたすようになります。

一方で、“うつ病”である人や周りのかたの“うつ病”に対する理解はいまだ十分とはいええず、専門医を受診することをためらったり、性格の問題だと考えてしまう人も少なくありません。だからこそ“うつ病”に対する知識を深め、理解する必要があるでしょう。

厚生労働省が医療行政の基礎資料を得る目的で行っている「患者調査」というものがあります。それによると、平成11年には44.1万人だった“うつ病”などの気分障害の総患者数は、平成23年には95.8万人と12年間で2.17倍に増加しました。患者数の統計データですが、“うつ病”である人が診察を受ける受診率は低いことがわかっており、実際にはこれより多くの“うつ病”である人がいると推測されます。



※うつ病の患者数は、ICD-10におけるF32(うつ病エピソード)とF33(反復性うつ病性障害)を合わせた数

[出典]患者調査

《うつ病などはどのような症状があらわれるのでしょうか？》

“うつ病”には、こころの症状だけを思い浮かべる人も多いかもしれませんが、からだの症状としてもあらわれる特徴があります。

こころの症状

【抑うつ気分】

- 気分が落ち込む
- 理由もなく悲しい気持ちになる
- 何の希望もない

【不安・焦燥感】

- いつもなんとなく不安
- 居てもたってもいられない

【思考力の低下】

- 集中力が低下して仕事の能率が落ちた、ミスが増えた
- ちょっとした決断ができない
- なんでも悪い方に考える

【意欲の低下】

- 今まで好きだったことをやる気になれない、趣味が楽しめない
- 友人と家族と話すのが面倒で、話していてもつまらない

からだの症状

【睡眠の乱れ】

- 寝つきが悪い、途中で目が覚める、ぐっすり眠れない

【食欲の低下または増加】

- 食欲がない

【疲労、倦怠感】

- ひどくつかれる
- からだが重い

【ホルモンの異常】

- 月経の不順
- 性欲の低下
- 勃起の障害

【その他の症状】

- からだの痛みやしびれ
- 便秘
- 心臓がドキドキする

うつ病にかかっているにもかかわらず、医療機関を受診していない人が多い状況にあり、不調に気づき、専門医への適切に受診できることが重要です。