

「気分の病気」について おしえて、先生！

様々な原因の「うつ病」

どんな病気でも必ず原因があるものです。精神科の病気だってそれは同じ。例えばこれまでお話ししてきた「うつ病」。これみなにかしらの原因があるからなるのであって、突然理由もなく、なる訳ではありません。しかもその原因は人によって様々でしょう。

「うつ」の病気に より分かりやすく いぬおのリンベーン

悩み多き人生

では、人はなぜ「うつ病」になるのでしょうか。それは人が悩むからです。職場では人間関係や仕事上のストレス。ノルマや営業成績、ことによってはパワハラやセクハラといったものが原因となる事があるかもしれません。また家庭では、自分や家族の病気や死別、子供の進路の悩みや経済的問題。離婚はもちろん、結婚の事だって原因になることも

あるでしょう。最近では「ペットロス」と言って、大好きなペットとの死別が原因で、気分がさえない方もいらつしやいます。

その他にはアルコール、ギャンブル、暴力など解決しにくいことも悩みになりやすいものです。更に学校では、友達付き合いやいじめ、学業成績や進学の事、不登校などなど、挙げ始めれば本

当に枚挙にいとまがありません。人は将来が確定されていないので、常に不安で迷いやすく、それによって悩むことが多いものです。結果、気分がさえないなくなり、その状態が続き始めると「うつ」と言うこととなります。

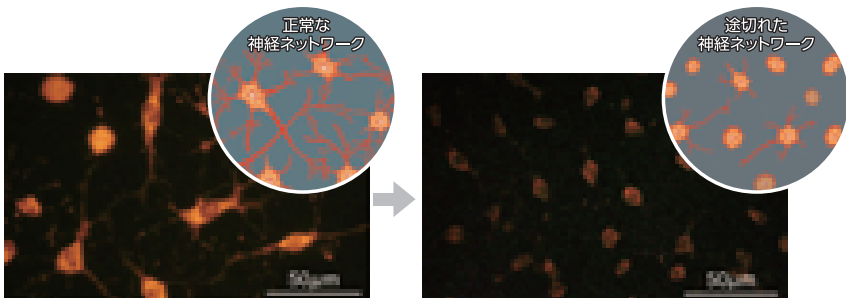
悩みはないけれど「うつ病」？

たった今、「うつ病」は悩むからなるのだと話してきました。ところが詳しく話をすると、そ

れは必ずしも事実ではありません。人は悩まなくても「うつ」になることも実はあるのです。例えば「更年期障害」。女性はホルモンに左右されやすく、とても繊細な生き物ですから、年齢によってホルモン状態がほんの少し変化するだけで、突然精神状態を不安定にしてしまいます。生理の前になるとなぜかイライラして落ち着きがなくなる「月経前症候群」もそうです。これらは悩みがなくても起こる「うつ」の代表と考えると良いと思います。このように悩みはなくても人はうつ状態になる事があります。それは男性もわかり。なんとなく、理由も無いのに気分がさえないこととはあるものです。

治療が必要な「うつ病」

いずれにしても、気分がさえないのをそのまま放置するのは良くありません。しばらく様子を見て、改善する気配が無い時や、繰り返される気分の変調は積極的に治療した方がいいでしょう。がまんすることなく、お近くの精神科の先生にご相談されることをお勧めします。

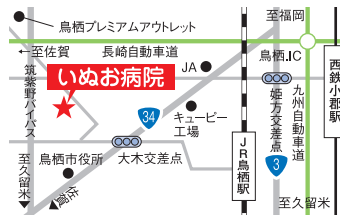


正常な脳神経 / うつ状態の脳神経



取材した先生の紹介 犬尾 明文 先生

先生は鳥栖のいぬお病院でお仕事をされています。精神科が専門でさまざまなところの病気の治療をされているようです。こころの世界は難しいようですが、この連載企画を通してこれから分かりやすく説明していただくと思います。



最寄りの駅はJR鳥栖駅。車で5分位でした。福岡から車で行く場合、筑紫野バイパスを進み、プレミアムアウトレットを過ぎた次の信号機を左に曲がってすぐです。高速道路の鳥栖インターからも近いのでアクセスがとてもいいようでした。通いやすいのもポイント。土曜日も5時までされています。

「うつ病」チェックリスト ※5つ以上該当する方は要注意です。

〈気分の変化〉	〈行動の変化〉
<input type="checkbox"/> 気分がさえない <input type="checkbox"/> イライラする <input type="checkbox"/> 集中力が落ちている	<input type="checkbox"/> 仕事・家事がはかどらない <input type="checkbox"/> 外に出なくなる <input type="checkbox"/> 普通の会話が少なくなる
〈身体の変化〉	〈考えの変化〉
<input type="checkbox"/> しっかり眠れない <input type="checkbox"/> 体がダルくてきつい <input type="checkbox"/> 食欲が落ちる	<input type="checkbox"/> 自分はダメだと思う <input type="checkbox"/> 将来に対して悲観的になる <input type="checkbox"/> 同じ事をグルグル悩む

新病院完成

病院の新築工事もういに終了。8月から全て新しい建物での運用となります。

取材協力/精神科・心療内科
いぬお病院
☎0942-82-7007
佐賀県鳥栖市萱方町110-1
【診察】9:00～17:00【休診】日・祝日
【初診の方でも予約はいりません】