

かしそく新聞

～訪問診療 編～

かつしか心身総合クリニック

「かかりつけ医」として在宅療養をサポート致します。

【眠たいのに寝れないのは病気のせい？⑤】

(～パート④[22号]からの続き～)うつ病の場合「希死念慮(きしねんりょ)」といって、死にたくなってしまう気持ちが生じることもあります。周りの方から受診を勧められたり、ご本人でもコントロールが効かないと感じる場合には、医療機関を躊躇せず受診してください。▽次に、うつ病の治療法を解説します。①薬物療法＝薬物療法は薬を用いた治療法です。一般的には抑うつ気分や不安感、焦燥感などを解消させる働きを持つ抗うつ剤が用いられます。抗うつ剤はすぐに効果を発揮する薬ではなく、基本的には医師の指示があるまで服用を続けることとなります。また、うつ病の症状で生じた心身の不調に合わせて、別の治療薬と一緒に処方されるケースもあります。②精神療法＝精神療法は、精神的に調子が良い状態を維持しつつ、うつ病の再発を防ぐために行われる治療法です。主に「認知行動療法」と「対人関係法」の2種類があります。認知行動療法は、うつ病が原因でネガティブ思考に陥ってしまった考え方を異なる方向に変えていく治療法です。考え方を变えることで、うつ病の再発予防に期待ができると言われています。一方、対人関係療法は、うつ病患者が抱えている対人関係の問題を解消し、精神的なストレスを減らす治療法です。良い対人関係が、うつ病の症状改善や予防に繋がります。③運動療法＝運動療法は、身体に負担がかかりすぎないように、有酸素療法を行うことで、気分の安定化を目指す治療法です。軽度から中程度のうつ病の方に向いている治療法だと言われており、一般的には薬物療法と組み合わせて取り組むこととなります。

(～次号パート⑥[最終話]に続く～)

[※この記事は、大川昭宏院長が監修された、『WENELL』の記事からの転載になります。]

～編集後記～スタッフのつぶやき～

コロナ第9波?が始まったようですが、この時期、「蚊」の怖さも忘れてはいけません。厚生労働省では蚊の発生を減らすために、①水たまりの除去・清掃(植木鉢の皿、雨除けのブルーシートや古タイヤに溜まった水たまり、雨ざらしの用具、屋外に放置された空きビン・缶・ペットボトル、詰まった排水溝)や②下草(風通しの悪いやぶ・草むら)刈りの協力を求めています。ジカ熱・デング熱の原因となるヒトスジシマカは黒と白の縞模様で竹やぶなどにひそみ、血を吸われると非常に痒くなる蚊です。ウイルスを媒介するので要注意です。(K)

医療法人財団ファミリーユ

かつしか心身総合クリニック

〒125-0041 葛飾区東金町 1-41-1 桜井ビル 2階

① 外来：心療内科＝大川昭宏院長、永井斐子副院長
内科＝駒形清則医師 (第2・第4火曜のみ)

②訪問診療

内科＝駒形清則医師

駒形明紀医師(非常勤)

精神科＝米谷充医師(非常勤)

神経内科＝今井壽正医師、西岡健弥医師(非常勤)

※詳しくはホームページをご覧くださいか、お電話にてお問い合わせ下さい。

電話 03-3627-0233