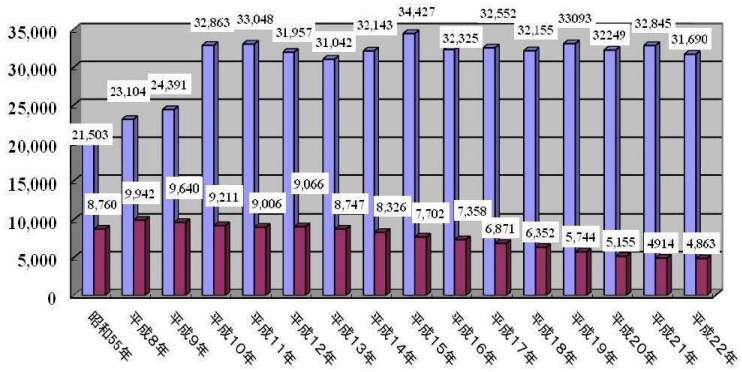
うつに関する最近の話題
～うつ病　豆知識～

内　容

- 自殺、うつ対策が喫急の課題
- うつ病の診断
- うつ病の治療
- 精神科に紹介した方が良い場合は？
- 頑張れは禁忌か？
- 最近のうつ病事情
- 五稜会病院ｽﾄﾚｽｹｱ病棟、復職支援

平成24年1月19日　札幌市医師会北区6班会議
五稜会病院　中島公博

自殺数の年次推移・自殺対策



自殺者数は平成10年以降3万人台
自殺対策は一向に進んでいない　⇒　何故か？

2

医師の自殺

- 医師の自殺の特徴

勤務医の労働環境の問題。医師不足・偏在、長時間労働、事務作業の増大、医療事故、警察介入、医師のストレスが増大

- 医師の自殺の現状（厚労省）

	1999	2000	2002	2005	2006	
男	90	66	76	90	85	0.04%
女	7	7	10	11	5	0.01%

- 麻酔科・救急医・精神科医で高い
- 強いストレスと周囲の支援のなさ
  →depression、アルコール依存など
- 「精神病者には免許を与えない（医師法第4条）」
  →精神科受診をしようとしない
- 薬物入手が容易、医学知識がある→完遂しやすい

3

古典的うつ病の分類

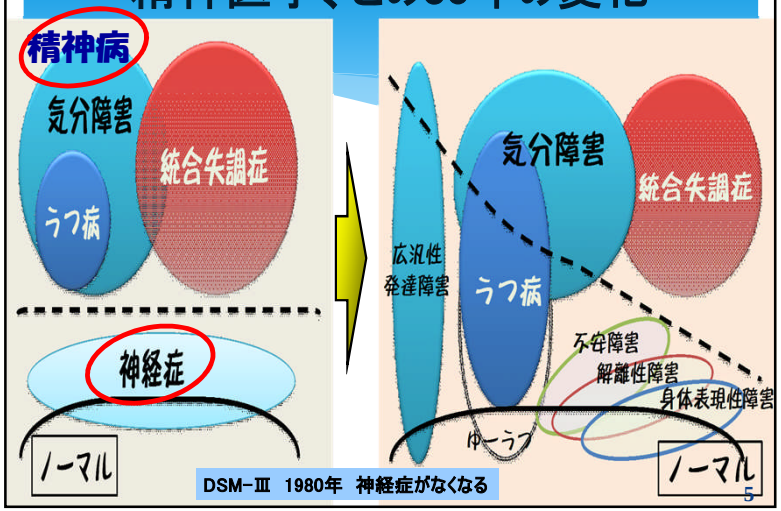
30年前の精神疾患の分類

原因分類	当時の疾患名	総称
内因性	精神分裂病 躁うつ病	精神病
外因性：身体因	器質性精神病 物質性精神病	
外因性：環境因（心因）	神経症 人格障害	

- 身体因や環境因が見当たらず、その原因が体質的なものとしか考えられないものを内因性と総称。
- 原因・症状・経過・治療法がセットになった疾病観

4

精神医学、この30年の変化



DSM-Ⅲ　1980年　神経症がなくなる

5

誰でも出来るうつ病の診断　DSM-Ⅳ－TR

A. 以下の症状のうち5つ（またはそれ以上）が同じ2週間の間に存在し、病前の機能からの変化を起こしていて、少なくとも１つは、抑うつ気分または興味または喜びの喪失

①ほとんど1日中の抑うつの気分。
②1日中又はとんど毎日、すべての活動への興味や喜びが減退。
③著しく体重が減少または体重増加、食欲の減退または増加。
④ほとんど毎日の不眠または睡眠過多。
⑤ほとんど毎日の精神運動性の焦燥または制止。
⑥ほとんど毎日の易疲労性、または気力の減退。
⑦ほとんど毎日の無価値観、または過剰であるか不適切な罪責感。
⑧思考力や集中力の減退、または決断困難がほぼ毎日認める。
⑨死についての反復思考 、自殺念慮、自殺企図。

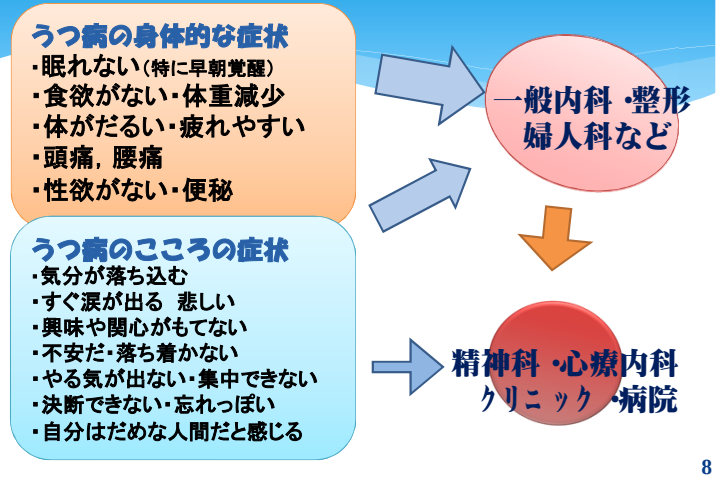
6

うつ病の治療方針

十分な薬物療法と心身の休養が重要。
うつ病患者は他人の助けを借りることを好まず、休むことが苦手で、自分を責めて追いつめてしまう人が少なくない。

7

抑うつ状態の患者の受診動向



8

うつ状態の患者さんがいたらどうする？

- 軽度のうつ状態の患者さん
  - まずはじっくりと聞いてあげる。傾聴が基本。
    - 医師は忙しいので他のスタッフが関わる。
  - 対症療法。不眠、不安に対する薬物療法
  - 次いで、抗うつ剤の処方
    - 食事が摂れない、元気がない⇒ドグマチール
    - 不安、落ち込む⇒各種SSRI、SNRIなど少量
    - 軽度であれば1−2ヶ月で改善

9

最近の抗うつ剤の印象

分類	一般名	商品名	適応	印象/備考
SSRI	ﾌﾙﾎﾞｷｻﾐﾝ	ﾃﾞﾌﾟﾛﾒｰﾙ、ﾙﾎﾞｯｸｽ	うつ病・うつ状態、強迫性障害、社会不安障害	吐気の副作用、摂食障害、強迫症状
	ﾊﾟﾛｷｾﾁﾝ	ﾊﾟｷｼﾙ	うつ病・うつ状態、ﾊﾟﾆｯｸ障害、強迫性障害、社会不安障害	離脱症状に注意、抗不安作用が強い、1回投与
	ｾﾙﾄﾗﾘﾝ	ｼﾞｪｲｿﾞﾛﾌﾄ	うつ病・うつ状態、ﾊﾟﾆｯｸ障害	抗不安作用
	ｴｽｼﾀﾛﾌﾟﾗﾑ	ﾚｸｻﾌﾟﾛ	うつ病・うつ状態	発売間もないので？
SNRI	ﾐﾙﾅｼﾌﾟﾗﾝ	ﾄﾚﾄﾞﾐﾝ	うつ病・うつ状態	抗うつ効果は比較的弱い、慢性疼痛
	ﾃﾞｭﾛｷｾﾁﾝ	ｻｲﾝﾊﾞﾙﾀ	うつ病・うつ状態	意欲向上
NaSSA	ﾐﾙﾀｻﾞﾋﾟﾝ	ﾘﾌﾚｯｸｽ、ﾚﾒﾛﾝ	うつ病・うつ状態	不眠のうつ患者

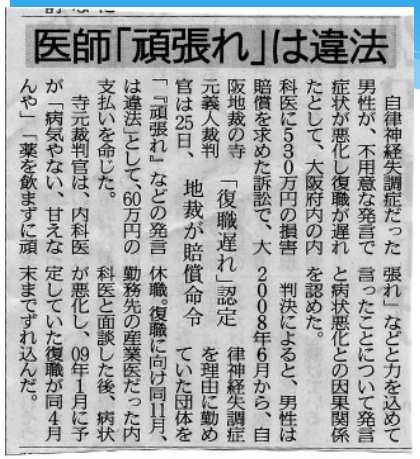
10

一般医のうつに対する基本姿勢
精神科に紹介した方が良い場合は？

- 身体症状の訴えのみであっても、不安や抑うつの問題がないかどうか疑う。
- 精神科での患者対応の基本は
  支持・受容・保証・傾聴です。
- うつ状態と評価した場合には自殺の評価をする。
- 抗うつ薬を十分量、十分期間投与してもうつ状態が改善しない中等度・重度のうつは精神科へ。
- 躁転、躁状態が疑われる場合には精神科です。

11

頑張れ　は　違法？



医師「頑張れ」は違法

自律神経失調症だった男性が、不用意な発言で症状が悪化し復職が遅れたとして、大阪府内の内科医に530万円の損害賠償を求めた訴訟で、大阪地裁の寺元義人裁判官は25日、「復職遅れ」認定は違法」として、60万円の支払いを命じた。

判決によると、男性は2008年6月から、自律神経失調症を理由に勤めていた団体を休職。復職に向け同11月、勤務先の産業医だった内科医と面談した後、病状が悪化し、09年1月に予定していた復職が同4月末までずれ込んだ。

「頑張れ」などと力を込めて言ったことについて発言と病状悪化との因果関係を認めた。

「『頑張れ』などの発言

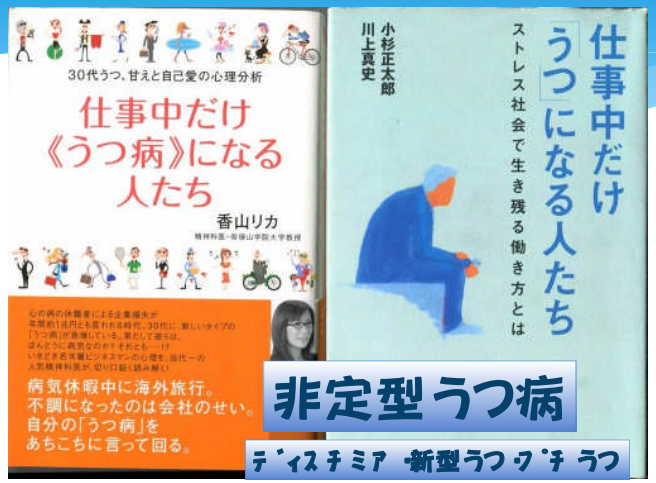
寺元裁判官は、内科医が「病気やない、甘えな んや」「薬を飲まずに頑

こんな判決が許されるのか？

- うつ状態の患者に、むやみに**頑張れ**と言わない。
- **無理しないで頑張りましょうね。**
  と言うこと

12

最近のうつ病事情



13

うつ病になって生活費を稼ぐ？

14

五稜会病院　うつ病治療

- ストレスケア・思春期病棟　48床
  - 入院数282人/2010年、平均入院期間45日
  - 平均年齢34,7歳、半数はうつ病圏
  - 治療プログラム：精神療法・薬物療法・作業療法・集団療法・グループセミナー
    認知行動療法
- 復職支援プログラム
  （リワーク・ヴィレッジ）

15

まとめ

- うつ病についての最近のトピックスを紹介。
- 自殺者数は3万人台を推移、自殺予防は大変難しい問題です。
- うつ状態の患者さんが増えています。
  支持・傾聴を行い、適度な励ましが大事。
- 中等度・重いうつ、希死念慮、躁状態が疑われる場合には精神科に紹介するのが無難です。

16