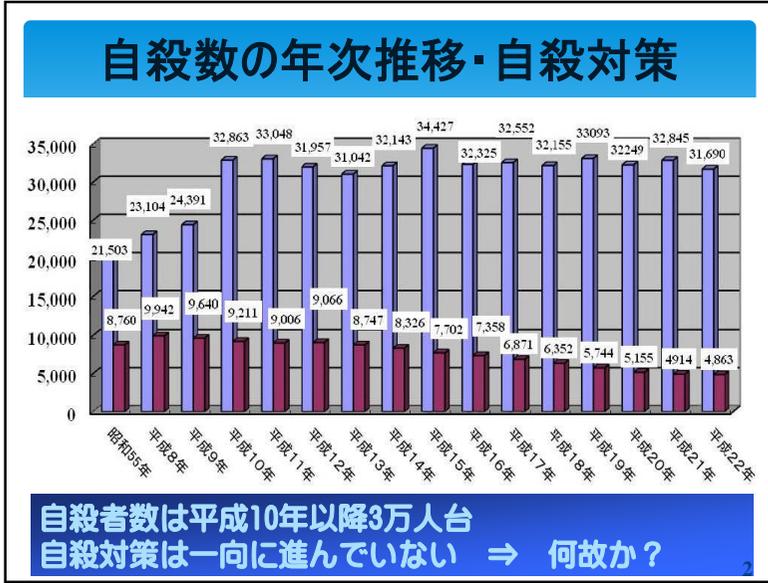


うつに関する最近の話題 ～うつ病 豆知識～

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？
- 頑張りは禁忌か？
- 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



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%

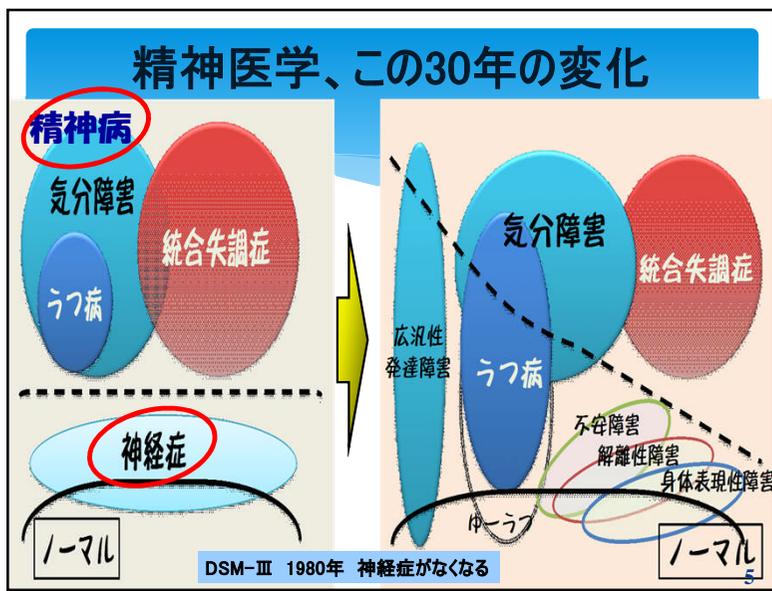
- 麻酔科・救急医・精神科医で高い
- 強いストレスと周囲の支援のなさ
→ depression、アルコール依存など
- 「精神病患者には免許を与えない(医師法第4条)」
→ 精神科受診をしようとするしない
- 薬物入手が容易、医学知識がある→ 完遂しやすい

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て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

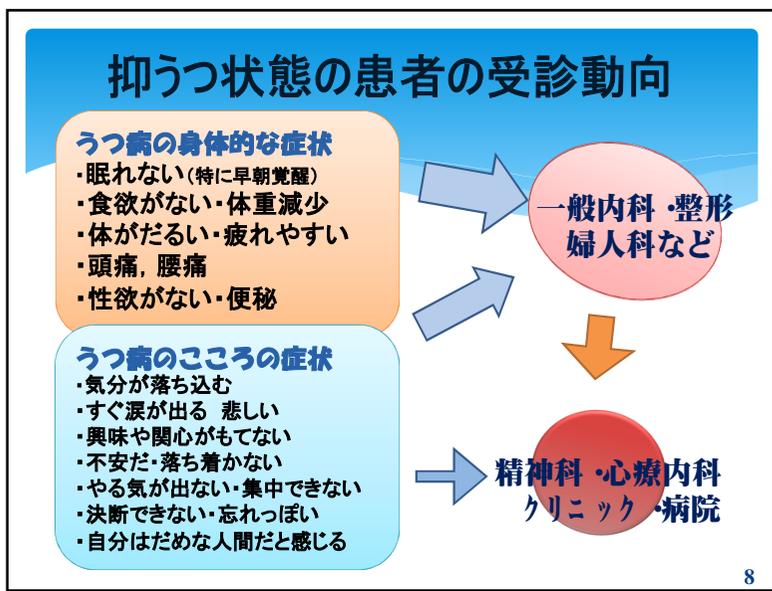


誰でも出来るうつ病の診断 DSM-IV-TR

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日中の抑うつ気分。
- ②1日中又はほとんど毎日、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	フルボキサミン	デプロメール、ルボックス	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
	パロキセチン	パキシル	うつ病・うつ状態、パニック障害、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	ジェイゾロフト	うつ病・うつ状態、パニック障害	抗不安作用
	エスタロプラム	レクサプロ	うつ病・うつ状態	発売間もないので？
SNRI	ミルナシラン	トレドミン	うつ病・うつ状態	抗うつ効果は比較的弱い、慢性疼痛
	デュロキセチン	サインバルタ	うつ病・うつ状態	意欲向上
NaSSA	ミルタサピン	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「張れ」などと力を込めて男性が、不用意な発言で言ったことについて発言症状が悪化し復職が遅れと病状悪化との因果関係たとして、大阪府内の内を認めた。
科医に530万円の損害、判決によると、男性は賠償を求めた訴訟で、大2008年6月から、自阪地裁の寺「復職遅れ」認定、法律失調症元義人裁判、地裁が賠償命令、を理由に勤め官は25日、地裁が賠償命令、ていた団体を「頑張れ」などの発言、休職、復職に向け11月、は違法として、60万円の勤務先の産業医だった内寺元裁判官は、内科医が悪化し、09年1月に予が「病氣やない、甘えな定していた復職が同4月んや」一葉を飲まずに頑末まですれ込んだ。

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。
- **無理しないで頑張らましょうね。**と**言うこと**

12

最近のうつ病事情

香山リカ
精神科医・香取山学院大学教授

心身の体調不良による企業離職が、年間約15万人と推定されている。30代に、新しいタイプの「うつ病」が蔓延している。働き方改革は、ほんの少しの改善のやりとりに留まり、いまだ企業離職ビジネスの心理を、画一的に人事課が押し付けている。

病気休暇中に海外旅行。不調になったのは会社のせい。自分の「うつ病」を、あちこちに行って回る。

川上真史
小杉正太郎

仕事でだけ
うつになる人たちは
ストレス社会で生き残る働き方とは

非定型うつ病

デ・スタミア 新型うつワ・チ・うつ

13

うつ病になって生活費を稼ぐ？

うつ病公的支援アドバイザー 塚田史郎の「うつ病で生活費を確保」

うつ病公的支援アドバイザー 塚田史郎があなたの悩みにお応えいたします。

■退職後、より有は？

自営の退職の場合、3ヶ月はできません。その場合、年金受給が開始されるようになるまで期間に耐えることなく、退職金を受給する。

■失業給付金の支給

あることをするだけで、失業給付金は、失業給付金以外の指定のハローワークに出向く必要なく、ゆっくりと就業に専念することが出来るようになります。

■障害手帳のメリットとは？

障害電話の通話料金が半額以下になります。また、電車・バスのお得な乗車券が半額や無料になり、各地税金が安くなるといった、様々な特典があります。その申請方法も、制度の要する最大限に受け取る方法を紹介します。これによりあなたは、より負担のない生活を送ることが出来るようになります。

■障害年金2級を受給する方法とは？

初診日から1年を超えて「初診日」から1年半経過した時点で、月額で最高18万円ほどの、年金の支給があります。これは後述3年間で繰上し、退職後2年間は保障されるので、合計7年間で、つまり最大で1,512万円程度の支給を受けることができます。そしてさらに、この支給が開始してから障害年金が支給されるまでは、今後、老齢年金を受給するまでは毎月最大216万円超額が支給されるのです。これによりあなたは、ゆっくりと就業に専念できるようになります。

無料レポートをダウンロード

無料レポートの中身を少しだけ公開。

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・ヴェルジ)

15

まとめ

- うつ病についての最近のピックスを紹介。
- 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