

あなたの心、疲れていませんか

地域医療室 精神保健福祉士 千葉紀明



● 10月の救急医療機関 ●

平日

電話で時間外診療の協力医療機関をお知らせします。
時間外夜間急病テレホンセンター
TEL22-2299

休日

【内科・小児科】

診療時間 8時～翌日8時
市立病院
TEL22-4311 (大町2-2)

【外科】

診療時間 8時～翌日8時
5日(日) 市立病院
12日(日) 滝川脳神経外科
13日(月) 市立病院
19日(日) 滝川脳神経外科
26日(日) 市立病院
※市立病院
TEL22-4311 (大町2-2)
※滝川脳神経外科
TEL22-0250 (西町1-2)

【歯科】

診療時間 9時～12時
5日(日) なかむらファミリー歯科
TEL26-2282 (滝の川町東3)
12日(日) 若葉台病院
TEL75-2266 (江部乙町1452)
13日(月) スマイル歯科
TEL23-2274 (本町3-1)
19日(日) コスモデンタルクリニック
TEL23-3630 (大町3-4)
26日(日) 渋谷歯科医院
TEL22-1737 (二の坂町東2-1)

今回は「精神神経科」と「精神疾患」についてお話をさせていただきます。
当院の精神神経科は、常勤医師2人の体制で診療を行っており、統合失調症、うつ病、不安障害、認知症、摂食障害、睡眠障害、児童期・青年期の問題など精神疾患全般に対応し、病気を治すだけではなく、患者さんが社会の中で安心して暮らせるよう支援を行っています。

現在日本では、職場でのうつ病や、高齢化に伴う認知症の患者数が年々増加し、国民に広く関わる疾患として、「がん」「急性心筋梗塞」「脳卒中」「糖尿病」の4大疾病に「精神疾患」が加えられました。厚生労働省が平成23年度に実施した患者調査によると、精神疾患の患者数は約320万人で、4大疾病の中で最も患者数が多い糖尿病(約270万人)を大きく上回り、がん(約152万人)の2倍以上にもなります。

「こんな症状ありませんか」
・ うつ／憂うつな気分が続く、やる気が出ない、興味・関心がなくなる、集中力が続かない、食欲がない、疲れやすいなど。
・ 不眠／寝つけない、何回も目が覚める、眠りが浅いなど。
・ 不安／急に不安になり胸が苦しくなる、狭い場所へ行けない、手洗いや戸締りが気になり何度も確認する、原因が

ないのに常に不安を感じる、動悸がするなど。
・ 自律神経の乱れ／頭痛、首や肩のこり、体調が悪く内科で検査したが異常がなかったなど。
・ 情緒の問題／気分の波が激しい、常にイライラしている、落ちつきがない、自分を傷つけてしまう、待つことができないなど。
・ 認知症／日常生活に支障をきたすほどの物忘れがある、同じことを何度も話す、「物を盗まれた」などの妄想がある、夜中に徘徊するなど。
いくつかの症状にあてはまるからといって神経質になる必要はありませんが、症状が長く続いたり強い場合は注意が必要ですので、重症化する前に受診をお勧めします。