

プライマリ・ケアでうつを診たら

見立てから治療まで、やさしくわかるうつ病診療

— 目 次 —

● はじめに

第1章 見立て

1 うつ？ うつ状態？ うつ病？ 10

まぎらわしいことばたち…10／病名は医学的診断名を用いること…11／
“うつ”、“抑うつ”、“うつ状態”、“抑うつ状態”の使い分け…11

2 うつ病の診断（診断基準） 14

一般に使用される診断基準…14／診断基準を用いる際の注意点…16／
抑うつ状態、もしくはうつ病をきたしやすい状況…17

3 うつ病の一般症状 19

うつ病の一般症状とは…19／抑うつ気分…20／興味と喜びの消失…
20／活力の減退による易疲労感の増大や活動性の減少…21／集中力
と注意力の減退…21／自己評価と自信の低下…22／罪責感と無価値
感…22／自傷あるいは自殺の観念や行為…23／将来に対する希望の
ない悲観的な見方…24／睡眠障害…24／食欲不振…24

4 知っておくべきその他の症状 26

一般症状以外の重要な症状…26／身体化症状…27／日内変動…28／
念慮、妄想…28／精神運動抑制、制止…29／昏迷…29

5 うつ病のスクリーニング 31

うつ病のスクリーニング…31／スクリーニング・ツールの種類…32／ス
クリーニング・ツールを使用する際の注意点…35

6 うつ病をみつけ出すこつ 36

うつ病を見つけ出すには…36／まずは疑ってかかること…37／可能性を
広くとって問診を…37／患者さんの生活の様子、言動から得られるヒン
ト…38

7 うつ病の経過 40

うつ病の経過…40／経過から読み取れること…42

第2章 治療

1 うつ病の標準的治療 44

うつ病の治療の基本要素…44／うつ病治療の流れ…45

2 治療が必要かどうかの判断、治療のタイミング 48

治療が必要かどうかの判断…48／治療開始のタイミングをどのように
考えればよいのか…49

3 精神療法 51

精神療法とは…51／精神療法の種類…52／心理教育…53／一般精神
療法…53／認知行動療法…54

4 薬物治療 57

薬物治療、その前に…57／薬物治療の開始にあたって留意すること…
60／抗うつ薬投与の開始…64／抗うつ薬の基礎知識…71／治療にお
けるさまざまな疑問…86

5 ソーシャルワーク 93

ソーシャルワークとは…93／医師自身もソーシャルワーカー…95／ソー
シャルワークに際して留意すべきこと…96

6 リハビリテーション 98

うつ病治療におけるリハビリテーション…99／リハビリテーションの種
類…100／作業療法、あるいはデイケア…101／リワーク・デイケア…102

7 再発予防と治療の終結 104

再発シナリオ…105／再発予防に必要なこと…105／治療終結の条件…
106／いつまで治療を継続したらよいのか…107

8 うつ病の再発 108

再発とは…108／再発のリスクは…109／双極性障害への移行…110

9 うつ病と自殺 113

うつ病と自殺関連行動…113／自殺の危険因子と防御因子…114／自殺
について尋ねる…116／自殺実行の危険性をアセスメントする…117／自
殺を防ぐ…117

10 プライマリ・ケア医とうつ病診療 120

プライマリ・ケア医によるうつ病診療…120／うつ病診療のステップ…
121／専門的治療を行う際の要件と限界…122／精神科医との連携…
124

第3章 領域別のうつ病診療と必要な知識

1 勤労者のうつ病 130

勤労者のうつ病診療に際して…131／診療上の配慮…131／診断書の作
成…132／病気休暇と休職の違い…133／産業医や保健師との連携…
133

2 高齢者のうつ病 138

高齢者とうつ病…139／病歴の聴取の前に…139／発病の契機…140／
症候の特殊性…141／認知症との鑑別診断…142／薬物療法を行ううえ
での注意…143／ケアの体制づくり…144

3 学生のうつ病 145

学生のうつ病診療に際して…146／問診から見えてくるもの…147／診療
上の配慮…147／薬物治療における注意事項…148／親（保護者）との
連携…149／学内資源との連携…149

4 身体疾患に合併するうつ病

151

うつ病を合併しやすい身体の疾病… 151 / 診察の際に留意しておくべきこと… 153

第4章 ケーススタディ

症例1	働く人のうつ病 その1～ リワーク・デイケアを利用	156
症例2	働く人のうつ病 その2 ～ 休む場所	159
症例3	働く人のうつ病 その3 ～ 復職後のケア	162
症例4	高齢者のうつ病 ～ 認知症との鑑別が重要	167
症例5	身体症状が目立ち他科を転々としたうつ病（仮面うつ病）	169
症例6	抗うつ薬によって躁転した一例 ～ 実は双極性障害	171
症例7	自傷をくり返した症例 ～ 自殺のリスクアセスメントと治療的対応	173
症例8	中学生のうつ病 ～ 児童の特徴と治療上の注意点	176
症例9	抗うつ薬中断後の断薬症状	178
症例10	ステロイドによる精神病性障害、うつ病性障害	180
症例11	アルコールとうつ病 ～うつ病に隠された問題	182
症例12	職場で問題視されていたうつ病の事例	186
症例13	がん患者のうつ病 その1 ～ 痛みもうつ病の一症状	189
症例14	がん患者のうつ病 その2 ～ 吐き気もうつ病の一症状	192

症例 15 がん患者のうつ病 その3 ～ 適応障害とうつ病 194

症例 16 がん患者でうつ病と間違われた症例 その1
～ ノバミン[®] によるアカシジア 197

症例 17 がん患者でうつ病と間違われた症例 その2
～ 低活動型せん妄 199

● 索引 201

Column

“現代型うつ”や“新型うつ”、“なんちゃってうつ病”とは…13

精神科診断力をつけるためには…18

うつ病患者さんを励ましてはいけないのか?…47

カウンセリングをしてもらっていない…56

抗うつ薬の増量…69

抗うつ薬の減量…70

この処方はどこがよくない?…81

第1選択薬の使い分け…84

薬物代謝の個人差による影響…91

究極の社会資源…97

気分転換のための旅行は効果的か?…103

うつ病は心の風邪?…112

自殺をしない約束…119

自殺をしない念書…119

精神科?精神神経科?神経精神科?メンタルヘルス科?…127

患者さんの言い分、会社の言い分…135

産業医などの産業保健スタッフと精神科医の連携…136

休職者のうつ病治療マネジメント…137

働く人のうつ病のコメントと具体的な投げかけ方…165

修正型電気けいれん療法…181