

パロキシチン錠「科研」を
服用される患者様
ご家族の皆様へ



うつ病ってどんな病気？

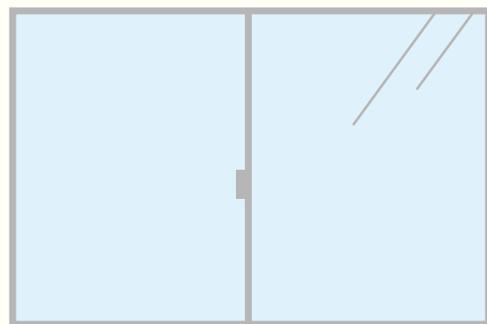
うつ病は、脳の中の神経伝達物質がうまくいかなくなるなどの機能異常によって起きる病気です。

「気の持ちよう」や「心の弱さ」などで起こるものではありません。きちんと医師の診察を受け、うつ病の適切な治療を受ければ治すことも期待できる病気です。

誰にでも悲しいことや悩み事などがあれば落ち込むものです。うつ病の場合は、その落ち込んだ状態から回復することが出来ず、長期にわたって無気力やゆううつ感が続きます。



うつ病は良くなったり悪くなったりを繰り返しながら、徐々に快方に向かうのが一般的です。



どんな症状があるの？

！ うつ病の症状は、**精神症状**と**身体症状**が見られます。

精神症状

感情面

- ゆうつ感 ■ 抑うつ感 ■ 不安感 ■ 悲観的
- イライラ感 ■ 劣等感 ■ 心配性 ■ 取り越し苦労
- ぐちっばい ■ 人に会いたくない ■ 罪悪感
- 自責感 ■ 自殺を考える ■ 何をしても楽しくない

思考面

- 思考力減退 ■ 判断力の低下
- 集中力や記憶力の低下
- 決断できない
- 妄想（心気妄想、貧困妄想、罪業妄想）

意欲面

- 何事もおっくうでやる気が出ない
- 無気力 ■ 脱力感
- 興味や関心の低下
- 日常生活ができない

身体症状

- めまい・耳鳴り ■ 頭痛 ■ 動悸
- だるい・疲れやすい ■ 下痢や便秘
- 首筋や肩のこり・腰痛 ■ 食欲がない





◎ まずは休養！

うつ病の治療で一番大切なことは休養です。

思い切って、仕事、学業、家庭などから離れ、のんびりと休養を取り、心身の疲れをいやすことが重要です。

◎ くすりを出された場合はきちんと飲みましょう！

うつ病の原因は脳の中の神経伝達物質のバランスの崩れです。そのため、このバランスを整えるくすり（抗うつ薬）を服用します。

症状が安定しても、しばらくの間飲み続けることが大切です。



自分の判断で、通院をやめてしまったり、飲むのをやめてしまうことのないようにしましょう。

おもな抗うつ薬の種類

薬剤の種類	特徴
SSRI	世界的によく使われている抗うつ薬です。うつ病の原因と考えられているセロトニンに選択的に働くため、副作用は比較的少ないと言われています。飲み始めに、吐き気やむかつき、便秘、下痢などの消化器系の副作用があらわれることがありますが、これらの症状の多くは1~2週間で自然に消失するケースが多いと言われています。
SNRI	うつ病の原因と考えられているセロトニンとノルアドレナリンの両方を調整する作用があります。
三環系抗うつ薬	うつ病を改善する効果をもつくすりですが、一方でアセチルコリンという神経伝達物質の働きを抑えてしまう作用もあるため、抗コリン作用という便秘、排尿困難、口が渇くなどの副作用があらわれることがあります。



くすりを飲む時に注意すること



18歳未満の大うつ病性障害のある人がこのくすりを飲んだ場合、有効性が確認できなかったとの報告や、死んでしまいたいという気持ちを強めるという報告があります。18歳未満の大うつ病性障害のある人は、医師と十分に相談してください。

このくすりは、即効性のあるくすりではありませんので、効果があらわれるまでに2~4週間かかります。通常は、少量から開始して徐々に体に慣らしていき、様子を見ながら量を増やしていきます。飲む量が増えたからといって、病気が悪くなっているわけではありません。

うつ病やうつ状態の人は死んでしまいたいと感じることがあります。このくすりを飲んでいる間、特に飲みはじめや飲む量を変更した時に、不安感が強くなり死にたいと思うなど症状が悪くなることがありますので、このような症状があらわれた場合は、医師に相談してください。また、パニック障害、強迫性障害の人も同様に注意してください。

不安になる、いらいらする、あせる、興奮しやすい、発作的にパニック状態になる、ちょっとした刺激で気持ちや体の変調を来す、敵意を持つ、攻撃的になる、衝動的に行動する、じっとしていることができない、などの症状があらわれることがあります。これらの症状があらわれた場合は、医師に相談してください。このくすりとの関連性は明らかではありませんが、これらの症状があらわれた人の中には、うつ症状などのもともある病気の症状が悪化する場合や、死んでしまいたいと感じたり、他人に対して危害を加えたりする場合があります。

症状が良くなっても、自分の判断でくすりを中止したり、飲む量を減らしたりすると、症状が悪くなることがあります。医師の指示に従って適切な服用を心がけてください。



このくすりは突然、服用を中止すると頭痛やめまい、疲労感、不安感などの症状があらわれることがあります。服用を中止するときは、医師の指示に従ってゆっくり時間をかけて飲む量を減らしていきます。

ご家族の方へ

死にたいという気持ちになる、興奮しやすい、攻撃的になる、ちょっとした刺激で気持ちの変調を来すなどの患者さんの行動の変化やうつ症状などのもともある病気の症状が悪化する危険性について医師から十分に理解できるまで説明を受け、患者さんの状態の変化について観察し、変化がみられた場合には、医師に連絡してください。



☑ うつ病の自己チェック



1. 毎日の生活に充実感がない
2. これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
3. 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
4. 自分が役に立つ人間だと思えない
5. わけもなく疲れたような感じがする

判断方法

上に挙げた状態のうち**2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日**続いていて、そのため**つらい気持ち**になったり**毎日の生活に支障**が出たりしている場合にはうつ病の可能性があるので、医療機関、保健所、精神保健福祉センターなどに相談してください。このほかに、眠れなくなったり食欲がなくなったりすることもよくあるので、そうした状態が続く場合にはうつ病の可能性も考えてみてください。

(平成 11-12 年度厚生科学研究費補助金障害保健福祉総合研究事業「うつ状態のスクリーニングとその転機としての自殺の予防システム構築に関する研究 総合研究報告書」(主任研究者、大野裕)をもとに作成)

施設名：