

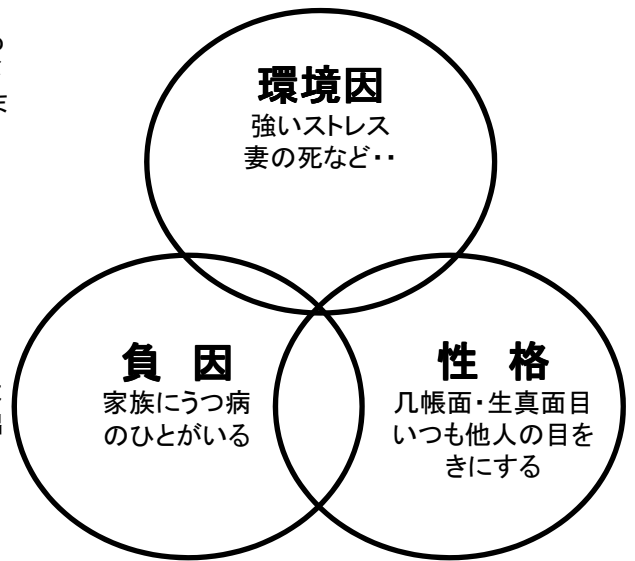
高齢者の7人に1人が「うつ病」

2015年5月14日
健康家族
だいちから 5月号

「うつ病」なんて自分には関係がないと思っている方は多いのではないのでしょうか。欧米で高齢者を対象に調査をしたところ、実に7人に1人が「うつ病」と判定されました。最近では「うつ病」は「心の風邪」と呼ぶこともある位、年齢を重ねれば誰もがかかる可能性のある病気です。でも、怖がることはありません。今は、副作用が少なくてよくきく薬もありますし、さまざまな心理療法も開発されています。怖いのは「うつ病になること」ではなく、「うつ病であることが見逃され、何も手を打たずにいる」ことです。

日本では過去12年間に「うつ病患者」が2、4倍増加しています。厚生労働省の「患者調査」によりますと、平成8年には43、3万人だった「うつ病等の気分障害の総患者数」は平成20年には104、1万人と12年間に2、4倍に増加しました。「うつ病患者」の医療機関への受診率は低いことが判っており、実際にはこれより多くの患者がいることが推測されます。高齢者の「うつ病」は認知症と間違われやすいので要注意です。認知症は昔のことは覚えているが、うつ病の人は、昔のことも最近のことも思い出せない…。また、うつ病の人は几帳面・生真面目な性格の人が多いが、認知症は性格とは関係ない。

うつ病は強いストレス(環境因)が原因とされています。そのほかにも性格、負因(病気にかかりやすい遺伝子的な素質)という要因があり、この3つが重なり合って発症します。



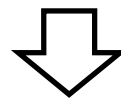
老年うつ病の自己チェック(15問)

- | | | | |
|-------------------------------------------|----------|-------------------------------|----------|
| 1 これまでやってきたことや興味が
あったことの多くを最近やめていませんか? | はい / いいえ | 11 自分の生活に満足していますか? | はい / いいえ |
| 2 自分の人生はむなしなものと感じますか? | はい / いいえ | 12 ふだんは気分のよいほうですか? | はい / いいえ |
| 3 退屈と感じることはありますか? | はい / いいえ | 13 あなたはいつも幸せと
感じていますか? | はい / いいえ |
| 4 自分に何か悪いことが起こるかもしれないと
思いますか? | はい / いいえ | 14 いま生きていることは素晴
らしいと感じますか? | はい / いいえ |
| 5 自分は無力と感じることがよくありますか? | はい / いいえ | 15 自分は活力が満ち溢れている
と感じますか? | はい / いいえ |
| 6 外に出て新しいことをするより、家の中に
いる方が好きですか? | はい / いいえ | | |
| 7 他の人に比べて記憶力が落ちたと感
じますか? | はい / いいえ | | |
| 8 自分の現在の状況は、全く価値のないもの
に感じますか? | はい / いいえ | 11~15の問の「 <u>いいえ</u> 」の数の合計… | B |
| 9 今の自分の状況は希望のないもの
と感じますか? | はい / いいえ | | |
| 10 他の人は自分より恵まれた生活をして
いるとおもいますか? | はい / いいえ | | |

1~10の問の「はい」の数の合計……………

A

**A+Bの合計が6つ以上だと
「老年期うつ病」の可能性が
あります(あくまでも目安です)。**



自分でおかしいと思ったら専門医へ