



さまざまな症状が…

—うつ病の初期症状—

企画：
日本医師会

No. 256

指導：慶應義塾大学保健管理センター 教授 大野 裕

「憂うつな気分」以外にも…

うつ病は、心身のエネルギーが低下する病気です。憂うつな気分はうつ病の特徴的な症状ですが、それ以外にもさまざまな症状が現れるので、見逃さないように注意することが大切です。

とくに、高齢者の場合は、憂うつな気分がはっきりせず、これといった理由がないのに体調が優れなかったり、気力がわかなくなったりするといった状態が続くことがあります。

こういう状態が続いたら

最近、こんなふうを感じることはありますか？



このような状態のうち、少なくとも2つ以上が2週間以上続いていて、つらく感じたり、毎日の生活に支障が出てきたりしていれば、できるだけ早く医療機関に相談してください。

「眠れない」なども重要なサイン

また、よく眠れない、いくら寝ても寝た気がしない、食欲がない、身体には問題がないのに体重が減ってきた、といった症状が続いているときも、うつ病の可能性がります。

そのほか、頭が痛い、お腹が痛いなどの身体的な症状のなかに、うつ病が隠れている場合もあります。

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。