

ハロー薬局だより



5月号 うつ病

うつ病とはどういう病気か皆さんご存知でしょうか？
今回はうつ病について詳しく調べてみました！

日本では、**100人に3~7人**という割合で、うつ病を経験した人がいるという調査結果があります。さらに、厚生労働省が3年ごとに行っている患者調査では、うつ病を含む気分障害の患者さんが、近年急増していることが指摘されています。

『眠れない』『食欲がない』『1日中気分が落ち込んでいる』『何しても楽しめない』といったことが続いている場合、うつ病の可能性がります。うつ病は精神的なストレスが重なることなど様々な理由で、脳がうまく働かなくなり、ものの見方が否定的になっていく**心の病気**です。



うつ病と判断された場合には、一般的に抗うつ薬による治療が行われます。ただし、典型的なうつ病でも軽症の場合は薬の効果がそれほど期待できないこともあるので、薬物療法が必要かどうかを主治医に確認しながら治療を受けるようにしましょう。



薬による治療に合わせて、認知行動療法もうつ病に効果が高いことが分かってきています。
早めに治療を始めるほど、回復も早いと言われていいますので、無理せず早めに専門機関に相談する事、そしてゆっくり休養をとることが大切です。

うつ病とひとくりに考えて治療を受けるのではなく、うつ病にも様々な症状があり、治療法も一つではないことを知っておくことが大切です。
自分のうつ病と、他の人のうつ病は違うものであり、治療法も一人一人違って当たり前なのです。

ハロー薬局 尾張店

瀬戸内市邑久町尾張1346-6

月・火・水・金 午前8:30～午後7:00
木 午前8:30～午後4:30
土 午前8:30～午後1:00

休日 日曜・祝祭日 TEL・FAX (0869)24-7796

ハロー薬局のホームページが出来ました！

右のQRコードと、

<https://hello-pharmacy.jp>

上記のURLからもアクセス可能です♪

