



ふくろうメンタルクリニック

うつ病

精神症状	身体症状
<ul style="list-style-type: none">●憂うつ ●気分が重い●気分が沈む ●悲しい ●不安感●意欲の低下 ●集中力の低下●自責の念 ●睡眠障害 ●自殺念慮	<ul style="list-style-type: none">●食欲低下 ●頭痛 ●肩こり●全身の倦怠感 ●動悸 ●便秘●めまい

そううつ病

そう状態の症状	うつ状態の症状
<ul style="list-style-type: none">○眠らなくても普通に活動できる○人の意見を聞かなくなる○口数が増える○自信過剰になる○頭が冴える	<ul style="list-style-type: none">○憂鬱になる、気分が重い○何にも興味や関心がもてない○眠れない、朝早く目が覚める○思考力が落ちる○死にたいと思う

統合失調症

<ul style="list-style-type: none">○ 悪口を言われていると思うことがある。	<ul style="list-style-type: none">○ 誰かに尾行されていると感じる。
<ul style="list-style-type: none">○ 誰かに命令されていると思うことがある。	<ul style="list-style-type: none">○ 監視・盗聴されていると感じる。
<ul style="list-style-type: none">○ 他人から危害を加えられていると感じる。	<ul style="list-style-type: none">○ 自分の考えが他人に読まれていると感じる。

認知症

- 朝ごはんを食べたことを忘れてしまう
- 探し物を誰かが盗ったなど他人のせいにする
- 段取りが立てられない
- 気候に合った服が選べない
- 能力の低下を自覚して元気がなくなる、引っ込み思案になる
- 今まで出来たことが上手く出来なくなって自信を失う、すべてが面倒になる
- オーバーな訴え・行動がちぐはぐになって徘徊する
- 話している途中で突然立ち去る
- 万引きをしてしまう
- 同じ行為を繰り返す

睡眠障害

<ul style="list-style-type: none">●寝たいのに眠れない	<ul style="list-style-type: none">●眠ってもすぐ目が覚める	<ul style="list-style-type: none">●朝早く起きてしまう
--	--	--

パニック障害

パニック発作:突然起きる激しい動悸、胸苦しさ、息苦しさ、めまいなどの身体症状を伴った強い不安です。パニック障害の場合はこれらは予期せず起こります。

予期不安:パニック発作を何度も繰り返すうちに、発作を恐れるようになります。「また起きるのではないか」「次は死んでしまうのではないか」との不安が消えなくなります。不安から仕事が続けられない等行動が変化することもあります。

広場恐怖:パニック発作が起きた時にそこから逃れられない、助けが呼べないのではないかとと思う場所や状況を恐れ避けるようになります。一人で外出出来ない、人ごみが苦手、電車やエレベーターに乗れない、会議室に入れないなど社会生活を著しく損なう症状があります。

社交不安障害

- 顔が赤くなる
- 動悸・息切れがする
- 汗をたくさんかく
- 身体や声が震える
- 吐き気がする
- めまいがする

強迫性障害

汚染 電車のつり革につかまったりトイレに行ったりすると、ばい菌に汚染されたのではないかと思い、必要以上に手を洗ったり、お風呂に入ったりしてしまう。	安全 家を出るときにカギを閉めたか、電気を消し忘れていないかなどと不安になり、何度も家に戻って確認してしまう。
他傷 自分の行為が誤って人を傷つけてはいないか不安になる。車の運転中に何かを踏んだりすると、誰かをひいていないかどうか確認する。	順序 衣服を着るときなどに、必ずきめられた順序で行わなくてはいけないと考える。順序を間違えると最初からやり直すため、1つの行為に長い時間がかかる。

過敏性腸症候群

- 腹痛(特に左下腹部。場所が一定しないものもあります)
- とつぜんトイレに行きたくなるのが心配で、通勤・通学・外出できない
- 便秘になる
- 下痢と便秘を交互に繰り返す
- お腹が張る、ごろごろ鳴る

月経前症候群

精神的症状 <ul style="list-style-type: none">● イライラしやすい● 攻撃的になる	身体的症状 <ul style="list-style-type: none">● 下腹痛● 乳房の痛み
--	--

●無気力になる ●憂鬱になる	●腰痛 ●頭痛 ●めまい
-------------------	-----------------

更年期障害

精神的症状	身体的症状
●物忘れをする ●やる気が起きない ●わけもなく不安を感じる	●汗をかきやすくなる ●眠れない・眠りが浅い ●疲れやすい ●冷えやすい ●肩こり・腰痛がひどくなる

摂食障害

- 体重が大きく増減した
- 短時間のうちに大量に食べてしまう
- ストレスを感じると過食してしまう
- 食べ過ぎて太ることが心配になり、のどに指を入れて吐いてしまう
- 下剤を使って無理に排泄しようとする

適応障害

- 憂鬱になる
- 不安になる
- 意欲や集中力が低下する
- 頭痛、めまい、動悸等

行動面では無断欠席、暴飲暴食、喧嘩、乱暴運転などがみられることもあります。

むずむず脚症候群

● むずむずする	● かゆくなる	● 虫がはっているような感じがする
----------	---------	-------------------

注意欠陥・多動性障害

不注意	多動性	衝動性
●集中することができない ●忘れ物が多い	●じっとしていることができない ●落ち着きがない	●突飛な行動をする ●順番を待てない