



## 「うつ病」と薬

Eメール ([shiinomi@blue.ocn.ne.jp](mailto:shiinomi@blue.ocn.ne.jp)) によるご相談もお受け  
しています。お薬や「健康食品」のことなどお気軽にお寄せ  
ください。ホームページ (<http://www.pharma-net.co.jp>)

### 「うつ病」とは

「うつ」の気分は、「おちこみ」「悲しさ」「楽しくない」などと表現されますが、健康な人でも、受験の失敗や愛情喪失などのときに体験します。

「うつ病」とはそうした体験とは異なり、毎日毎日、憂鬱な気分がずっと続き、「うつ」の気分、すなわち、気分の低下が一定期間持続する病気です。それは、逃げ場のないような重苦しさとして体験されます。この気分の変化に伴って思考や行動の落ち込みもみられます。これが少なくとも2週間以上続くものが「うつ病」と呼ばれています。

### 脳には心を元気にする物質がある

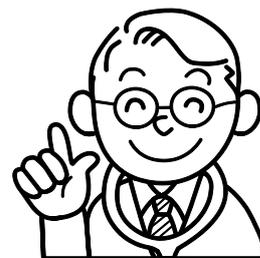
脳は、人が生きていく中で「歩く」「走る」「食べる」といった基本的な動作に関する命令をからだに伝えています。ここにも、「意欲」「食欲」「記憶」などといった感情的、知的命令を伝えています。

脳から、からだやところへの命令は、神経伝達物質やホルモンなどを仲介して行われます。この神経伝達物質の中で、脳からところに元気を伝える物質が“セロトニン”と“ノルアドレナリン”です。これらは気分や意欲、食欲、記憶などを神経に伝達します。しかし、何らかの理由でこのセロトニンやノルアドレナリンが減ると、気持ちの活性化が伝えられず、憂うつ感などを引き起こして「うつ病」になると考えられています。

### 「うつ病」の原因

生活環境などによるストレスだけが原因でなるわけではなく、からだの病気が原因となることもあります。うつ病になりやすい病気には以下のようなものがあるとされています。

脳腫瘍、脳血管障害、老人性痴呆、てんかん、パーキンソン病など  
糖尿病、甲状腺機能の亢進症または低下症、更年期障害  
慢性関節リウマチ・全身性エリテマトーデスなどの膠原病  
がん、手術後、血液透析、インフルエンザ・肝炎等のウイルス感染症  
また、薬が原因になってうつ病になることもあります。



### 「うつ病」を起こすことがある薬

以前、降圧薬を服用している方が、「最近、まったくやる気がせん」と言われるので調べてみたところ、原因はノルアドレナリンを減らす作用のある「レセルピン」でした。その薬を中止した

ところ、間もなく元通りに回復されました。

ほかに、ステロイドホルモン、シメチジン、パーキンソン治療薬、インターフェロン等でもうつ病が報告されています。(厚生省医薬品副作用情報No.115 参照)

## 「うつ病」を治す薬

治療の基本は、十分な休養と薬物療法です。「うつ病」はこころとからだを活性化するセロトニンやノルアドレナリンといった脳内神経伝達物質の減少によって引き起こされると考えられています。「うつ病」の治療ではこの神経伝達物質の量を正常に近い状態に戻します。

以前の抗うつ薬の場合は、アセチルコリンやヒスタミンなど他の脳内神経伝達物質にも作用するため、副作用として口渇、便秘や心臓への影響が現れることもあります。最近、抗うつ薬として使用されるようになったセロトニンだけに作用するSSRI、セロトニンとノルアドレナリンだけに作用するSNRIはこのような副作用が少ないと言われています。

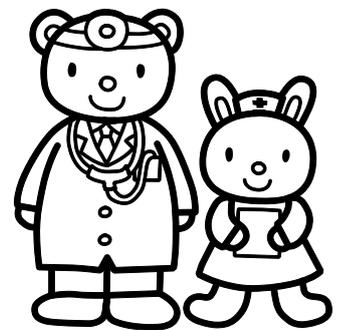
## 抗うつ薬と上手に付き合うポイント

- ◇ 抗うつ薬の効果は、すぐには現れません。あせりは禁物
- ◇ 抗うつ薬は少量から始めて少しずつ増やしていく。さじ加減が大切
- ◇ 抗うつ薬は症状がよくなってもしばらくは服用を続ける、再発に注意
- ◇ 副作用が現れたら医師に相談する。合う薬、合う飲み方を相談
- ◇ くすりは自分で勝手に止めない、のみ忘れない
- ◇ 周囲の人は薬を止めさせない
- ◇ 相互作用は案外多いので、のみ合わせに注意する。信頼できる薬剤師に相談

## うつ病の自己診断

以下の症状のうち、5つ以上が2週間続いているときは、本格的な「うつ病」(うつ状態)と言われています。気になる症状があれば、受診しましょう。

- ・ほとんど1日中、ほとんど毎日、気分がゆううつである。家族にもわかる位である。
- ・ほとんど1日中、ほとんど毎日、いろいろな活動に対する興味や喜びの気持ちが減退している。
- ・体重の減少、食欲の減退(ふつう1ヶ月で2キログラム以上)。
- ・ほとんど毎日不眠。特に早朝目が覚めて眠れない。
- ・ほとんど毎日、動きが減ってしまっている。または、焦燥を感じて動きまわる。
- ・ほとんど毎日、疲れやすさと気力減退がある。
- ・ほとんど毎日、過敏で不適切な罪悪感がある。
- ・ほとんど毎日、思考力や集中力が減退し、決断するのが困難である。
- ・自殺の考えにとりつかれている。または、はっきりした自殺計画、自殺行為。
- ・それでいて、身体面での医学的検査は全て正常範囲である。



しいのみ薬局	関市上白金 105-1	☎0575-27-0130	Fax 0575-27-0131
しいのみセンター薬局	岐阜市北山 1-14-27	☎058-241-1818	Fax058-241-1839
華陽しいのみ薬局	岐阜市祈年町 1-19-2	☎058-271-1640	Fax058-275-1949