

# うつ病の診断と治療

## 診断

うつ病の診断は、ご本人やご家族への問診を中心に進められます。

- いつから症状が始まったか
- どのような症状か
- 症状があらわれたきっかけは
- 日常生活や仕事への支障はどの程度か

このほか、診断には既往歴や家族歴・もともとの性格などの情報も必要となります。

また、ご本人だけでなく、ご家族の方からみた客観的な症状の把握なども重要な情報となりますので、ご家族の方と一緒に診察を受けられることをおすすめします。

## 参考 うつ病の診断基準

米国精神医学会の「DSM-IV」と、WHO（世界保健機関）の国際疾病分類である「ICD-10」などが使われています。

他にもいくつかの診断基準があり、必要に応じて用いられます。

## 治療

治療の基本は、「お薬」と「休養」です。

うつ病は、適切な治療を受ければ治る病気です。

抗うつ薬などのお薬を服用し、併せて十分な「休養」を取ることも必要です。ストレスを受けた状態ではお薬を飲んでもなかなか改善しません。こころの負担となっている問題の解決や、環境の調整も大切です。

