

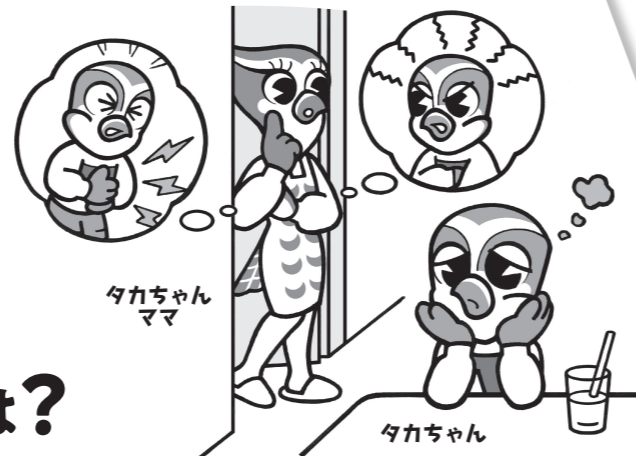


健やか豆知識

第36回

Q. 子どもがうつ気分で 落ち込んでいる時に まず行う、正しい対応は？

- I 専門医を受診して、薬をもらう
- II ゆっくり休ませ、話をしっかり聞く
- III 明るくふるまう



気づいていますか、子どものうつ病

思春期の子どもは学業、スポーツ、友人関係などが思う通りにいかなくなったり、理想の自分と現在の自分との間にギャップを感じて、落ち込んだりすることがあります。そういったことが原因で心のエネルギー（意欲や元気の源になる力）が低下してしまうと、やる気がなくなったり、意欲が湧かなくなったりして、心身が疲れきることからうつ病になることがあります。

思春期のうつ病は、成人の症状としてよくみられる不眠や食欲不振、抑うつ気分、体重減少というより、イライラや焦燥感が目立ち、反抗的になるのが特徴です。これまで物事に一生懸命と取り組んでいたのに、突然元気がなくなったり、頭痛や腹痛を訴えたり、怒りっぽくイライラしているのに気が付いたら、それがいつ頃からのかを気にしてみてください。そして子どもに体調のこと、何か心にあることを聞いてみてください。なかなか話せないようなときはスクールカウンセラーなどに相談してみてください。

それでも様子が変わらず心配なときは精神科を受診することも考えてみてください。病院では体に異常がないか、甲状腺の病気や貧血などの検査をしながら、うつ病の可能性も考えて問診もしたうえで、診断、治療方針を決めていきます。思春期のうつ病の治療は、薬物療法よりもカウンセリングなどの心理・社会的治療が中心となります。子どものうつ病に対して国内の臨床試験を通じて安全性と有効性が確認された抗うつ薬はないため、副作用に注意しながら慎重に投与します。

家族としては心配ですが、まずはしっかりと休養をとらせることが大切です。無理やり何かをやらせようとはせず、日々の生活で負担になるものを減らしていきます。そうしていくうちに少し元気が出て、思っていることを話せるようになったら、子どもの話をしっかりと聞いてあげましょう。思春期の子どもは心は複雑ですが、心のエネルギーが低下することもあると心得て、あたたかく見守ってあげたいですね。

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

監修 宇佐美 政英 国立国際医療研究センター国府台病院
児童精神科診療科長

さらに詳しい情報は
ホームページで!



⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください。