

定期的な受診と 服薬の重要性

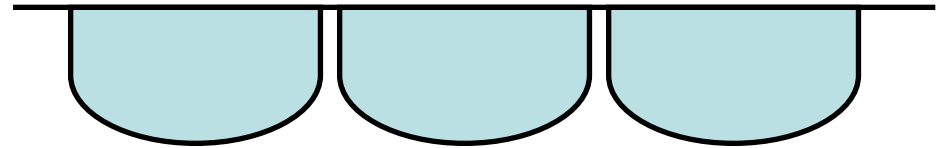
医療法人社団　メディカルケア虎ノ門
プレ・スクール



1. 気分障害の種類と 薬物治療の基礎知識

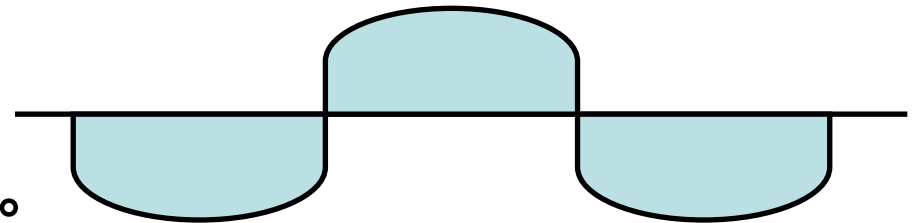
1-1. 気分障害の種類①

うつ病 うつ状態のみ



躁うつ病(双極性障害)

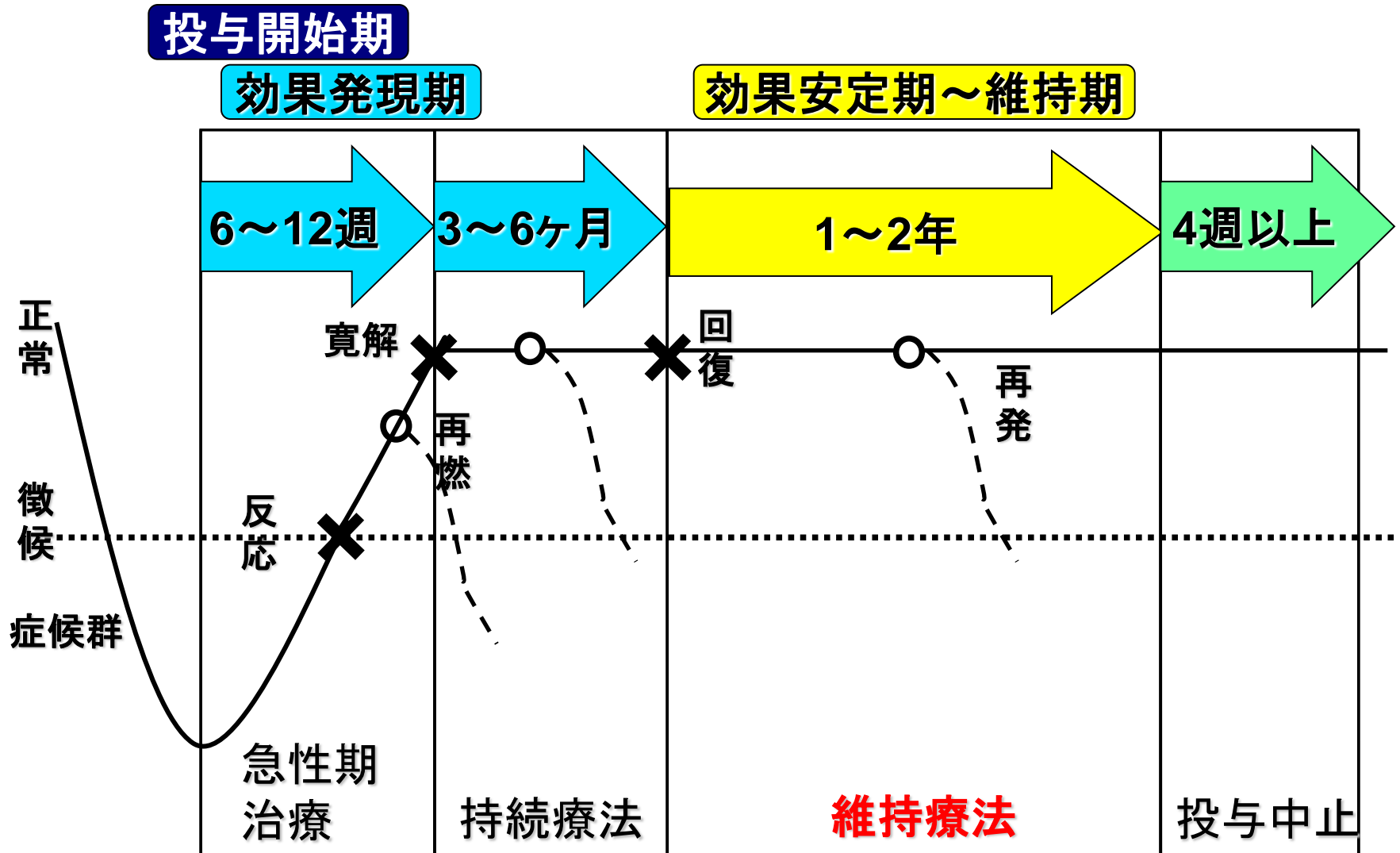
うつ状態と躁状態があらわれる。



躁病 躁状態のみ



1-2. 一般的なうつ病治療の流れ



引用: 上島国利(2008). 実地医家が知っておきたい抗うつ薬の知識と使い方. ライフ・サイエンス.

Copyright © 2015 Medical Care Toranomon.all right reserved.

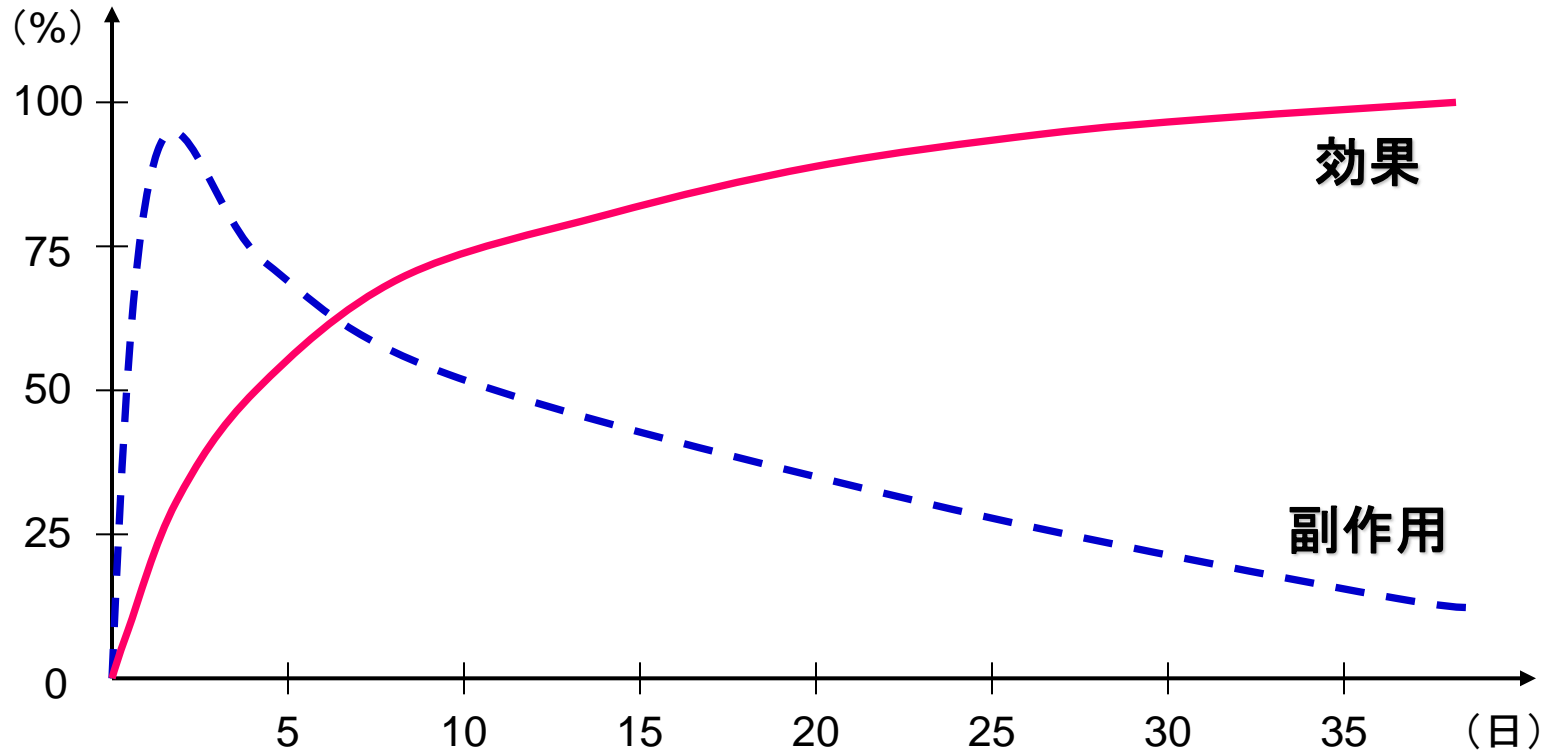
1-3. 精神科治療で使われる薬

- **抗うつ薬**：気分を持ち上げる
- **抗不安薬**：不安を鎮める
- **睡眠薬**：入眠困難を改善、眠りを持続させる
- **気分安定薬**：気分の浮き沈みを抑え、
気分を安定させる
- **抗精神病薬**：気持ちの高ぶりや強い不安を
鎮めるほか停滞した心身の活動を改善する

1-4. 抗うつ薬の作用と特徴

- 作用：神経伝達物質を調整してうつ病の症状（抑うつ気分、意欲低下、食欲不振、睡眠障害、頭重感、体のだるさなど）を改善する
- 抗うつ薬は効果が出るまでに1-2週間はかかる

1-5. 抗うつ薬の効果と副作用の現れ方



- 一般的に副作用が先に現れ、効果はあとから出てくることが多い。

引用: 平安良雄(2007). 専門医がやさしく教えるうつ病. PHP研究所.

1-6. 抗うつ薬の特徴

- 急に服薬を中断すると退薬症状がでることがある
- 薬の変更や減量は、特に症状が変化しやすいため、医師の指示のもとに行う
- 抗うつ薬の服用は、症状が改善してからも1-2年程度継続することが 再発予防に効果的

1-7. 気分安定薬の特徴

- 躁うつ病の気分の波を小さくし安定化させる目的で使用される
- 躁状態、うつ状態、安定期の時期に関わらず基本薬として服用する
- 治療だけでなく、再発予防に対しても効果的
- 安定期に入ってからでも、長期間にわたって継続的に服薬するよう指示されることが多い

1-8. 気分安定薬の特徴と注意点

- 効果をあらわすための血中濃度の範囲がある ⇒ 血液検査をして確認
- 特に、炭酸リチウムでは、一度にたくさん飲みすぎると中毒症状（下痢、嘔吐、ひどいふらつき等）を起こすことがあるため、飲む回数、頻度を医師の指示通りに内服する必要がある。



2. 内服時の注意点と 望ましい治療の受け方

2-1. 内服時の注意点①

■ 毎日、処方された量、回数をお水か白湯で飲む

※アルコール、カフェインを含む飲み物、グレープフルーツジュースなど薬との相互作用が報告されている飲み物もある

※特に、**アルコールは副作用が増強される**ことがあるため
薬物治療中は禁酒する

■ 飲むタイミング

食前→食事のおよそ30分くらい前に飲む

食直前→食事の直前に飲む

食直後→食事の直後に飲む

食後→食事のおよそ30分後に飲む

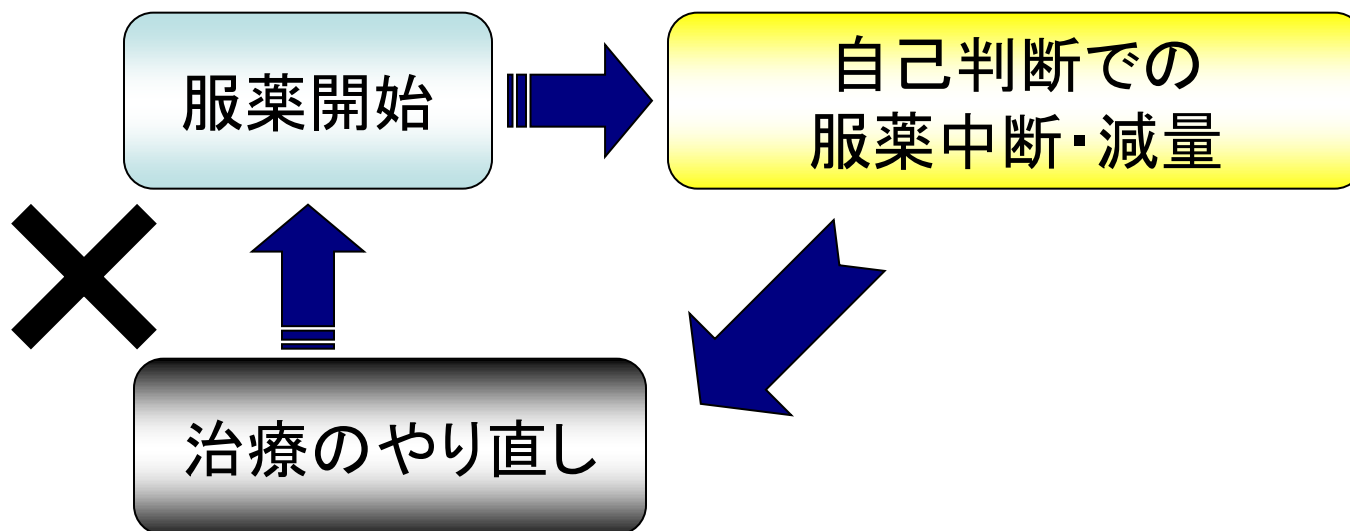
眠前→寝る、およそ30分前に飲む

食間→食事と食事の間（食後2時間くらい）に飲む

頓服→医師が指示した症状出現時に飲む

例) 不安時、不眠時など

2-2. 自己判断で薬を中断すると…



薬を勝手にやめない。自己判断は禁物。

2-3. 望ましい薬物治療の受け方

- 内服している薬の種類、副作用を知っておく
- 他の医療機関を受診するときは内服中の薬を伝える
- 症状が改善したと思っても勝手に服薬をやめたり量を減らしたりしない（医師の許可が必要）
- 副作用が出たら、主治医へ報告、相談する
- 症状に変化があった時、薬の種類や量の変更時はセルフマネジメントシートに記録して、その前後の調子の変化を主治医に報告する

2-4. 上手な治療の受け方

- 主治医に自分の症状を正確に伝える

状態：安定 or 不安定、1週間におきた出来事との関連

→ 日々のモニタリングが重要！自己分析することも大切

- 限られた診察時間を有効に使う

相談したいことを整理してポイントを押さえて助言を得る

→ “Weekly Trend” で主治医に相談することを
事前に整理することが役立つ

- 薬物治療に対する不安がある場合、それを
主治医に相談することが大切

→ 自己判断で服薬中断した場合、それが医師に伝わっていないとどんどん薬が増えることになることも…