

隠れたストレスを見逃さない短時間診療のコツ プライマリ・ケア医が知っておくべきストレス病診療の知識

日時：平成23年9月25日（日）10：00～15：00

講師：江花 昭一 神奈川大学特別教授 場所：きゅりあん（品川区立総合区民会館）

2週連続の3連休、その最終日で行楽シーズンの真ただ中の9月25日神奈川大学特別教授の江花昭一先生を講師に迎え、きゅりあん（品川区立総合区民会館）において「隠れたストレスを見逃さない短時間診療のコツ」をテーマにMHS医学臨床セミナーを開催いたしました。

身体症状の裏に隠れた不安・抑うつを見抜く！

震災以降、自殺者が急増しているというニュースを良く目にします。しかし、自殺者は被災地で多いのではなく神奈川や千葉、愛知といった都市部で大きく増えているらしい。当然ストレスとの因果関係は無視できるものではない。

江花先生は「身体症状の陰に『不安』が隠れており、不安は必ず自律神経亢進症状を伴うとおっしゃいます。

全身の緊張・痛み・倦怠感、動悸・頻脈・胸痛・胸部圧迫感・呼吸困難感、吐気・嘔吐・食欲不振・腹痛・下痢、頭痛・めまい・発汗・ふるえ・不眠などストレスから起こる不安が自律神経を悪さし、身体症状として患者を悩ませます。

そのため「うつ」患者の65%は内科を受診し、身体症状を訴えますので、プライマリ・ケア医が気づいてあげなくてはなりません。

あまり良くなならない不眠、頑固な食欲不振、良くなならない頭痛・肩こり・背部痛・腰痛、検査で異常のない全身の倦怠感などストレス病診療を知っていれば簡単に見つけることができるものです。

前半は、大うつ病の診断基準や「メラニコリー型うつ病」「新型うつ病」などの特徴と対処の方法、適応障害、気分変調性障害、心身症、緊張型頭痛、過換気症候群、過敏性腸症候群、摂食障害などに

ついて詳しく説明していただきました。また「ストレス病を身体・心理・社会的に診る（ケース検討）」と題し、心理的ストレスと気管支喘息、ストレスと感冒様症状の出現頻度、心身症と喘息の合併を例にだし、治療の効果を説明されました。



心理テストの紹介をする江花先生

午後は、プライマリ・ケア医でも使える抗不安薬、抗うつ薬、睡眠導入剤などについて説明をされ、次いで薬物療法以外の対応策、専門医・専門施設との連携のコツについて心療内科専門医の立場からプライマリ・ケア医との連携の方法などを解説していただきました。

特に薬物療法については個別の商品名を挙げて抗不安薬、抗うつ薬、睡眠導入剤の使い方・やめ方を覚えてもらえるよう特にていねいに説明され、具体的使用方法などの質問も多く、事細かに説明されました。

また、うつ状態かどうかがすぐわかる質問形式の心理テスト（上記写真参照）も紹介され、実際受講された先生も実際に体験されるというセミナーとなりました。