

# ひまわりだより

No.313

2024年 6月



巾上ひまわり薬局 松本市巾上10-5 TEL 0263-35-4441  
FAX 0263-37-5561  
塩尻ひまわり薬局 塩尻市長畝230-3 TEL 0263-51-5311  
FAX 0263-51-5322

定休日 日曜・祝日

今月は双極性障害（そうきょくせいしょうがい）についてお話ししたいと思います。

## ○双極性障害とは

ある期間でうつ状態と躁（そう）状態が交互に繰り返される気分障害のことで、以前は「躁うつ病」と呼ばれていました。

うつ状態と躁状態の現れる間隔は数ヶ月だったり数年だったり、急に切り替わったりいろいろです。一般に、うつ状態の期間のほうが長く続く傾向があり、うつ病と診断されてしまう場合もあります。

## ○うつ状態とは

楽しいことがあっても気分が晴れない「抑うつ状態」と、なにをしても楽しいと感じない・興味がわからない「興味喜びの喪失状態」の2つの精神状態で表されます。



身体的には、食欲・睡眠などの活動全般が極端に低調になるか増加します。



## ○躁状態・軽躁（けいそう）状態とは

気分が異常に高ぶった状態です。何でもできる気になったり、注意力が極端に散漫になったり、無謀な買い物をしたり、多弁になったり、あまり眠らなくても元気だったりします。性格が明るく開放的になる場合や、攻撃性が高くなる場合、その両方を示すこともあり社会生活に支障をきたすことがあります。

躁状態と軽躁状態の違いは、症状の持続期間と強さです。入院が必要になるほどの場合を躁状態、本人も周囲もそれほど支障のない場合を軽躁状態といいます。

## ○双極性障害の種類

双極性障害は次のように分類されます。

### ・双極Ⅰ型障害

完全な躁状態が1回でもみられたことがある場合です。通常はうつ状態も経験していますが、その有無は問いません。

### ・双極Ⅱ型障害

うつ病のエピソードを複数回経験し、かつ軽躁病のエピソードを1回は経験していますが、完全な躁病といえるエピソードは起きたことがない場合です。

- ・ **気分循環性障害**

双極性障害に似た症状を示しながら、軽症であり、双極 I 型または II 型障害の具体的な診断基準を満たさない場合です。

- **双極性障害の治療**

薬物治療や心理社会的治療などがあります。

- ・ **薬物治療**

躁状態やうつ状態を改善するだけでなく、再発予防にも有効とされているため、医師の指示があるまで治療を続けることが大切です。現在は、気分安定化薬と非定型抗精神病薬などが用いられています。

## 気分安定化薬

脳の神経細胞の機能を整える作用により、気分を安定させます。

## 非定型抗精神病薬

脳内で気分を調節する働きをしているセロトニンやドパミンなどの物質に作用し、気分を安定させる効果があります。飲み薬だけでなく、長く効く注射薬もあります。



その他、睡眠薬などが使われる場合もあります。また、抗うつ薬はうつ状態から急に躁状態が出現する躁転（そうてん）を引き起こすことがあります、注意が必要です。しかし、双極性障害とわからず抗うつ薬が処方されることがあります。過去に躁状態を経験したことがある場合は、そのことを主治医へ伝えるようにしましょう。



#### ・心理社会的治療

心理教育、家族療法、認知行動療法、対人関係・社会リズム療法などがあります。薬物療法と組み合わせることで、効果を発揮します。

まずは本人や家族が病気や治療法を正しく理解して受け入れることが大切です。そして、様々な社会制度や支援のネットワークがあるので積極的に活用しましょう。



❖❖ ひまわり薬局ではホームページも開設しています ❖❖

<http://www.himawari-ph.nagano.jp/>

こちらも是非、ご覧ください ☺