

◆いろいろなうつ病があります。

うつ病のタイプ

1 仮面うつ病

こころの症状はそれほど目立たず、からだの症状が前面に出てきます。ゆううつな気分が少ないために、うつ病とわかりにくいのが特徴です。

2 老人性うつ病

高齢者ではからだの衰えに喪失体験などのストレスが加わって、うつ病になりやすいと言われています。身の置き所がない、物覚えが悪くなったといった不安感や焦燥感が強く出たり、からだの症状が前面に出たりすることもあります。

3 躁うつ病

愉快で爽快な躁の気分が続く躁状態と、ゆううつな気分を繰り返します。躁状態のときは、気持ちが高揚して自信に満ちており、一見回復したようにも思われるため、なかなか病気と気づかれません。

4 慢性的な病気とうつ病

糖尿病や高血圧、リウマチなど慢性的な病気は、治療や日常生活の管理などがストレスとなって、時にうつ状態を伴うことがあります。そして、多くの場合、「最近、元気がないのは病気だからしかたない・・・」と片付けてしまいがちですが、うつ状態をそのままにしておくと、糖尿病や高血圧など基礎疾患に対する治療意欲の低下にもつながります。ゆううつな気分や落ち込みが気になったら担当の医師に相談し、早めに対処することが大切です。

5 女性のうつ病

① 月経前症候群（月経前緊張症）

月経の10日前くらいから、イライラする、落ち着かない、うつ状態があらわれるといった症状があります。慢性的に続くと、生活に支障があらわれるようになります。

② 産後うつ

産後2～3週間以降にイライラするなどの精神状態があらわれます。また、だるさや頭痛などのからだの症状だけが強くあらわれることもあります。

③ 更年期うつ病

閉経前後、卵巣機能の低下によって、女性ホルモンの分泌量が減少するため、自律神経失調症状があらわれます。ゆううつになったり落ち込んだり、こころの変調もあらわれます。