非定型うつ病について

ハートクリニックデイケア　家族教室
2010年6月6日（日）　　高卓士

非定型うつ病って

何ですか？

「新型うつ病」
「現代型うつ病」
「未熟型うつ病」

…とか色々言われている
うつ病のグループの事。

新型と旧型は、

どう違うの？

医学的には、

定型(ﾒﾗﾝｺﾘｰ型)

→いわゆる旧型

非定型　→いわゆる新型

その2つは、どう違うの？

・定型うつ

→朝早く目が覚める

朝が不調

気分が落ちたまま

食欲が落ちる…

・非定型うつ

→ずっと寝てる、食欲が増える

気分のアップダウン激しい

もうちょっと詳しく

非定型うつ病の症状について

聞かせて下さい。

国際的な基準によれば…

①楽しい出来事でうつ気分が
良くなる→「気分反応性」

②次のうち2つ以上あてはまる
・人の批判や冷たい態度に敏感
・過食　　・過眠
・手足が異常に重い
→「鉛様の麻痺」　*(DSM-Ⅳ-TR)*

非定型うつ病の人って

どれくらいいるのですか？

- 米国（1990年代）

  全人口の3.8%（定型うつ10.3%）

- カナダ（1997年）

  全人口の1.4%

- スイス（2002年）

  全人口の4.8%

高外来のある一日で…

- 定型うつ病：36人
- 非定型うつ病：２人

非定型うつ病が増えて

いるって本当ですか？

- 増えているかは、はっきりと分からない。

- 米国（1980年代）

非定型：0.7%　定型：3.6%

- 米国（1990年代）

非定型：3.8%　定型：10.7%

・男：女＝1：1.5～2.5

（*Davidson*ら、*1982*）

・発症年齢　平均24.4歳

（メランコリー型：32.3歳）

非定型うつ病は

遺伝しますか？

- ハッキリした事は不明。

・ある程度、遺伝要因が
ありそう。

・非定型うつ病の7割が
「片親がうつ病」

→定型うつ病より関連高い

非定型うつ病は

治りますか？

・慢性化率：79%（メランコリー型
11%）*(Stewartら、1993)*

→きっちり安定するのは
難しい

（目標）ある程度コントロール
でき、日常生活に
支障ない状態

以前の主治医からは
「ボーダー」と、
今の主治医には
「非定型うつ病」だと
言われています。

どちらが正しいのですか？

「ボーダーライン」と
非定型うつ病の鑑別は
とても難しいです。
↓
特に
「ボーダーラインの傾向」を持った
うつ病

「ボーダーラインの傾向」
「ボーダーっぽい」

って何ですか？

ボーダーラインの基準を
満たさないが、
一部あてはまる
↓

こういう人たちが最近
増えてる気がします。

いわゆる
「ボーダーライン」

って何ですか？

＝

境界性パーソナリティ障害
（境界性人格障害）

の事です。

境界性パーソナリティ障害

って具体的にどんな病気？

・リスカ（手首自傷）や、
過量服薬だけでなく…

- 衝動的な行動（過食、浪費、異性関係、物を壊す）
- 気分が不安定（「顕著な気分反応性」）：特に怒り、うつ
- 対人関係で争いが多く、うまく築けない
- 虚しい

など…9項目で5つ以上

(DSM-Ⅳ-TR)

さらに…

・過眠の人も多い

・体が鉛の様に重い人も多い

・人の批判や冷たい態度に弱い人も多い

↓

大部分が「非定型うつ病」に当てはまる！

ボーダーラインと

非定型うつ病の違いは

何ですか？

・ボーダーライン

＝自虐的(見捨てられ不安)

＝自傷行為が激しい

・非定型うつ病

＝自己愛的

＝寝込みが激しい

従って…

精神科の先生の中には、

「ボーダーラインの傾向の
あるうつ病の方」

＝「非定型」

と考える先生もいます。

非定型うつ病は

どのように治療しますか？

主に次の3つがあります

- 薬物療法
- 認知行動療法
- デイケア

薬物療法について

教えて下さい。

一番効果的なお薬である

MAO－I

（モノアミン酸化酵素阻害剤）

が

日本で未承認です。

MAO－Iとは、
どんな薬がありますか？

並行輸入できますか？

- アメリカ:
  ﾌｪﾈﾙｼﾞﾝ®、ﾓｸﾛﾍﾞﾏｲﾄﾞ®
- 日本:
  ｴﾌﾋﾟｰ®（ﾊﾟｰｷﾝｿﾝ病）

色んな制限や禁忌の問題があり、並行輸入すべきではありません。

その他使われるお薬について

教えて下さい。

色々くみ合わせて使います

- SSRI（第1選択）
  （ｼﾞｪｲｿﾞﾛﾌﾄ®、ﾊﾟｷｼﾙ®…）
- 抗精神病薬（結構よい）
  （ｴﾋﾞﾘﾌｧｲ®…）
- 精神安定剤
  （ﾃﾞﾊﾟｽ®、ﾚｷｿﾀﾝ®…）
- その他の抗うつ剤など
  （ｲﾐﾌﾟﾗﾐﾝ®、ﾃﾞﾊﾟｹﾝR®…）

お薬はどれくらい効果が

ありますか？

（有効率）・ﾌﾟﾗｾﾎﾞ20%、

ﾌﾙｵｷｾﾁﾝ50%、ｲﾐﾌﾟﾗﾐﾝ50%

（*Mcgrathら、2000*）

→定型うつ病より効き目が小。

・MAO－Iの方が効き目が大。

（ﾓｸﾛﾍﾞﾏｲﾄﾞ67%）

認知行動療法について

教えて下さい。

認知行動療法とは、２点を学びます。

①**マイナス思考**を**改めていく**力をつける事

②**行動を起こす**中で、**適切な方向**へ**軌道修正**していく力をつける事

認知行動療法の効果は

どの程度ですか？

（有効率）

・ﾌﾟﾗｾﾎﾞ30%

・認知行動療法　58%

・ﾌｪﾈﾙｼﾞﾝ（MAO-I）58%

(Jarettら、1999)

認知行動療法の

注意点は何ですか？

・必ず、落ち着いた頃を
見計らって、行う。

・怒り発作や落ち込み時の
対応策をあらかじめ
考えておく。

デイケアをどう利用すれば

よいですか？

自由です。とにかく人と触れ合う事！

・いろんな価値観があるんだ。

・自分は受け入れられている。

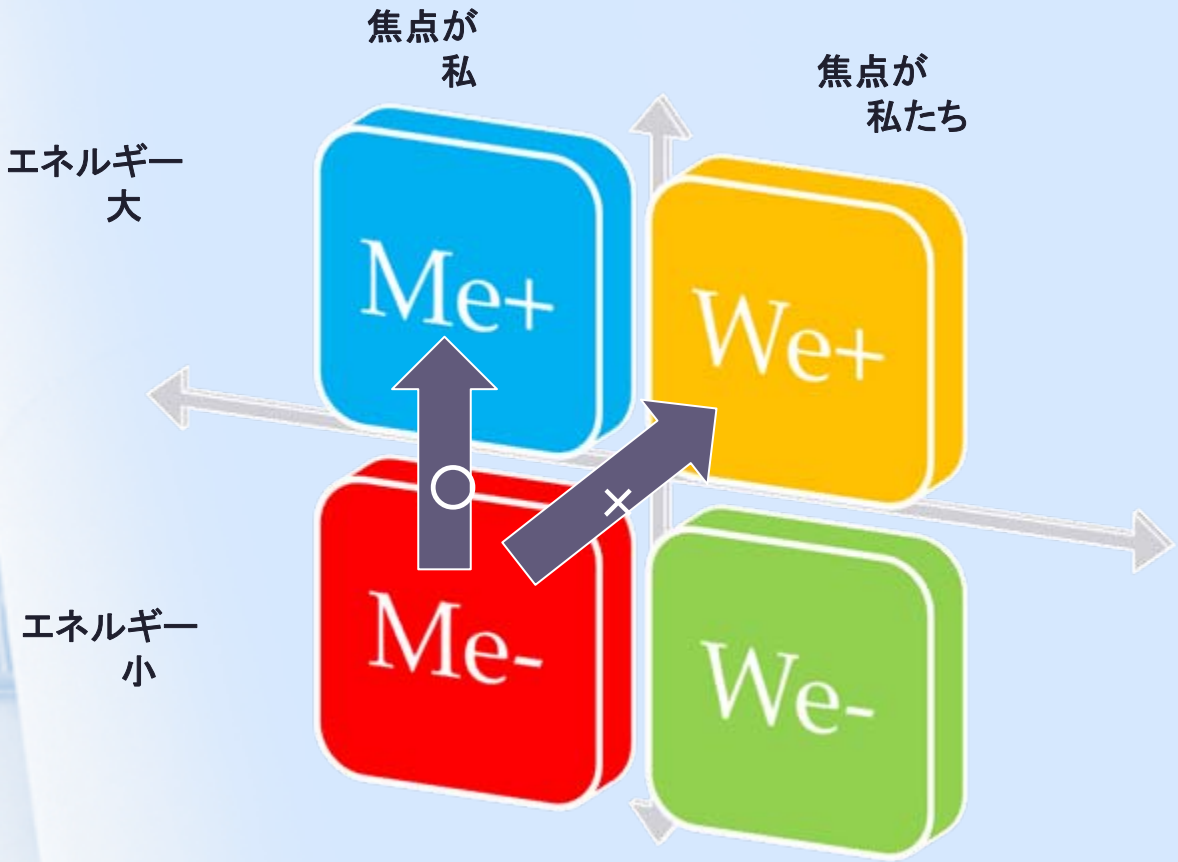
・人と接する自信がついた。

・嫌な事も少し受け止められる様になった。

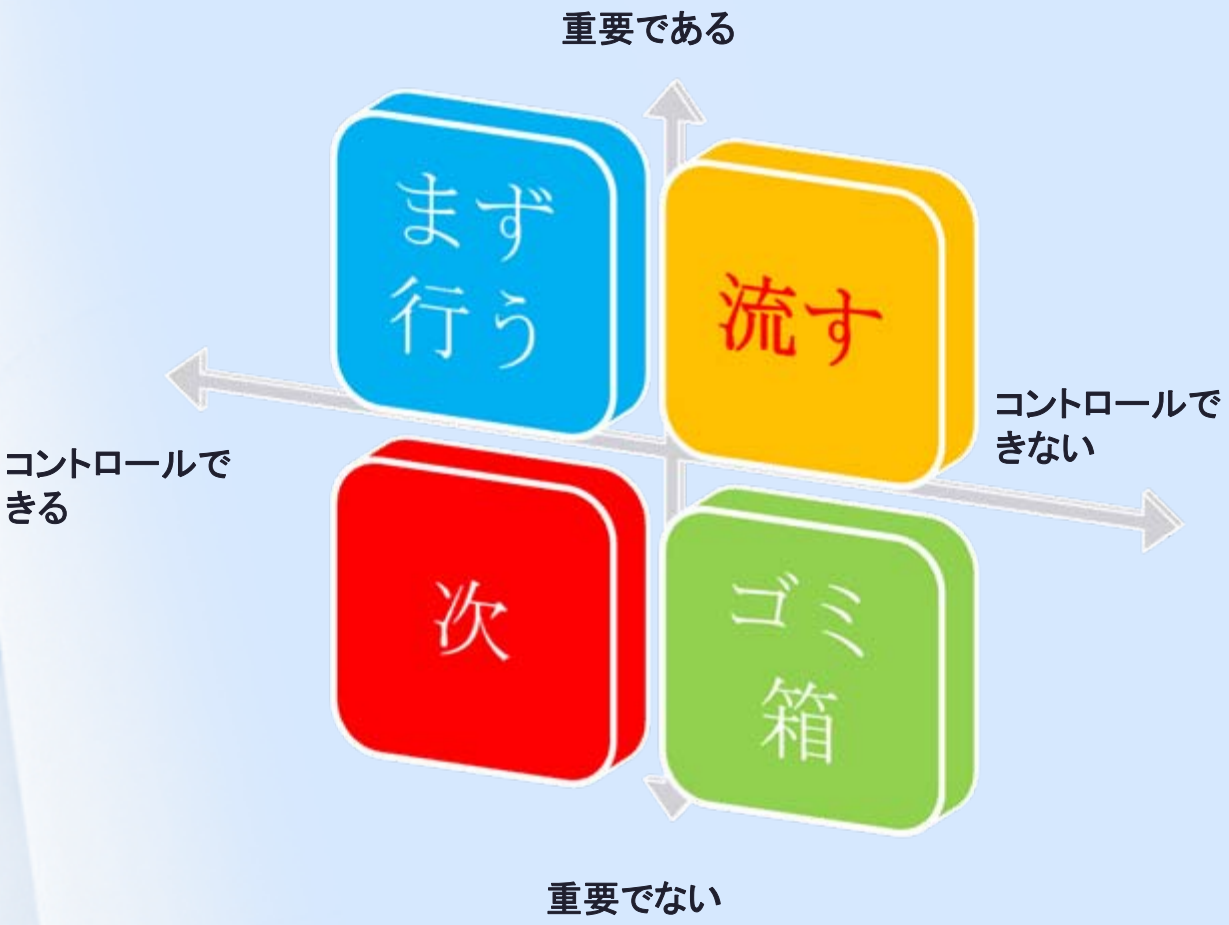
その他、全体的な

注意点はありますか？

その1（望ましい目標へ）



その2(優先順位をつける)



その3(現実を評価しない)

何かが起こっても、

そのまま観察しながら

評価をしない練習

その4(自分の良い点探し)

・自分で、良い点を
メモにして貯める。

・デイケアでペアになり、
相手の良い点を言い合う。

家族の対応としては、

どうすればよいですか？

- 言葉は優しく、態度も優しく
- きちっと誉める
- 誉めた上で、時に指摘する
- 指摘する時の言い方を工夫
- 口論しそうなら、タイム
- 素直にごめんね、無理という

どうもお疲れさまでした。

長い間ご静聴ありがとうございました。