「こころ」の治療ってナニ？

生物学的･心理学的･社会経済的･文化的アプローチ

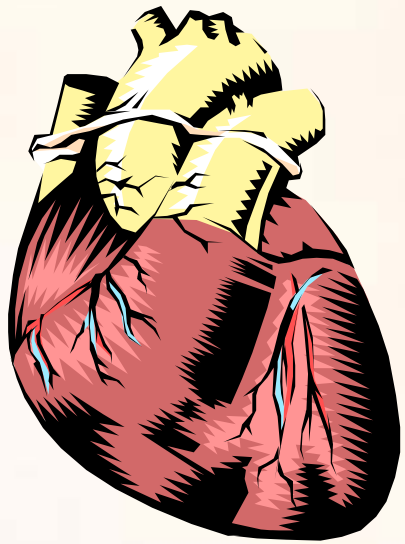
ハートクリニック　浅井逸郎

2007/6/11

デザインのマーケットプレイス[DEX]　http://www.dex.ne.jp/

「こころ」はどこにあるのでしょう？

- 昔は、肝臓や心臓にあると考えられていました

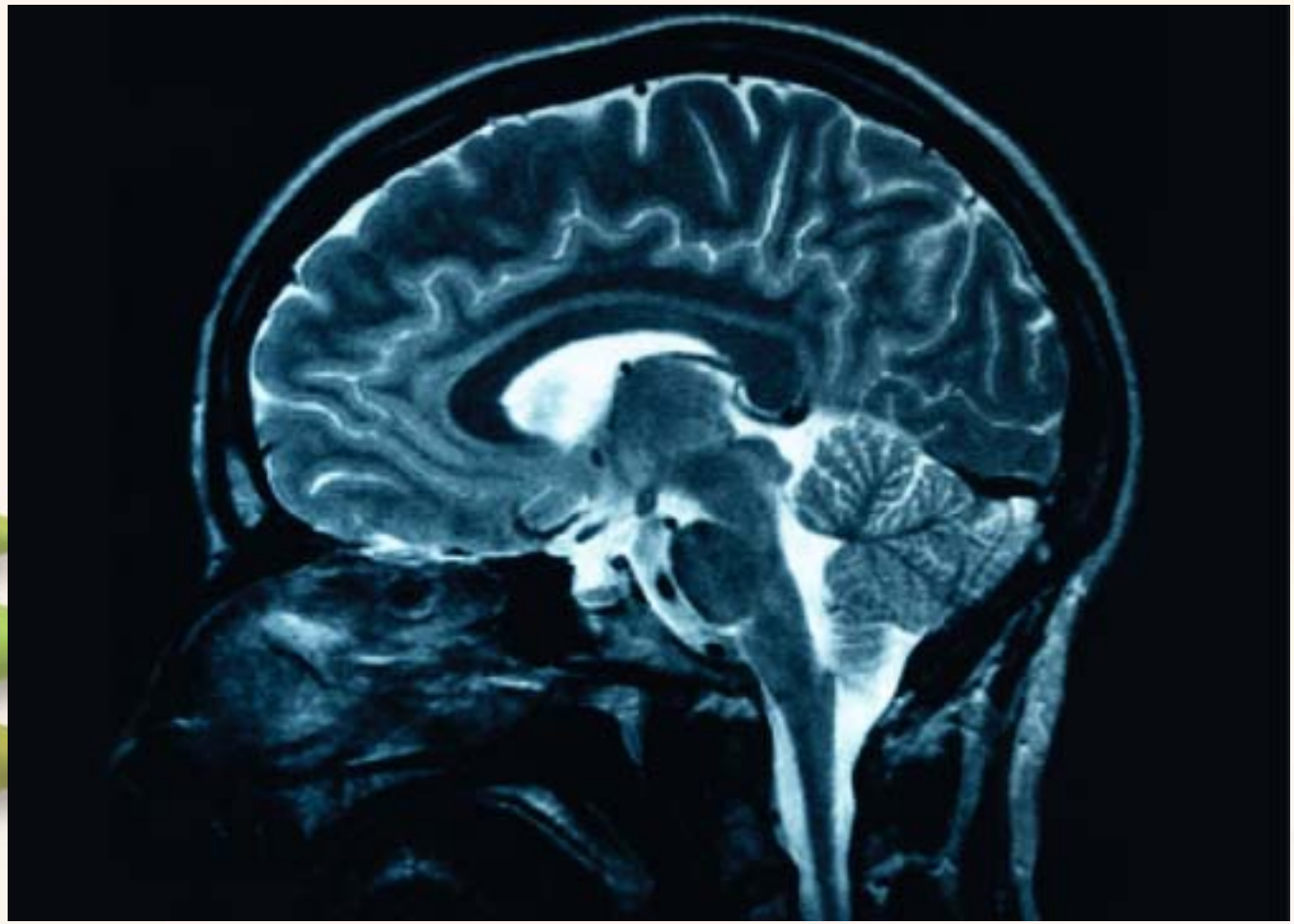


「こころ」はどこにあるのでしょう？

「こころ」は脳だけにあるのでしょうか？

「こころ」はどこにあるのでしょう？

脳の機能の障害が「こころ」の病気の本質です.



「こころ」の病気のサイン　1

- 体の調子が悪くなる
  - 眠れなくなる　眠りすぎる
  - 食欲がなくなる　食欲が異常に亢進する
  - だるくなる
  - すぐに疲れてしまう
  - 頭が痛くなる
  - 耳鳴りがする
  - しびれる

「こころ」の病気のサイン　2

- 体の調子が悪くなる
  - 息がしにくくなる
  - 気持ち悪くなる
  - 動悸がする
  - 冷や汗が出る
  - めまいがする
  - ひどく肩がこる
  - おなかの調子が悪くなる

「こころ」の病気のサイン　3

- 気分や意欲が普通ではなくなる
  - 気分がひどく落ち込む
  - やる気がなくなる
  - 人と話すのが面倒になる
  - 何をするのも億劫になる
  - テレビや雑誌を見ても上の空になる
  - 気分が妙に高揚する
  - いつも不安な感じがする

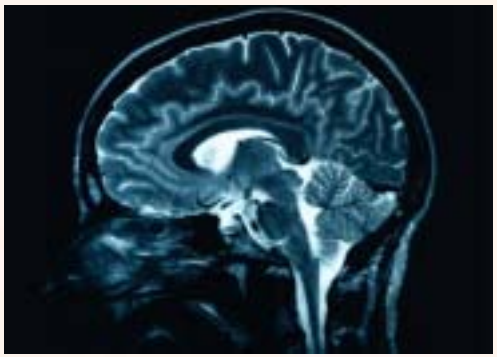
「こころ」の病気のサイン　4

- 態度や行動が普通ではなくなる
  - 人を避けてしまう
  - 電車や人ごみを避けてしまう
  - お酒をコントロールできなくなる
  - 買い物をコントロールできなくなる
  - 仕事や学校に行けなくなる
  - ひどく怒りっぽくなる
  - ひどく饒舌で休みなく動き回る
  - 昼夜が逆転する

「こころ」が病気になると

- 「からだ」の調子が悪くなります。
  - 内科や外科を受診している人がとても多いです。
- 「こころ」自体の調子が悪くなります。
  - 「気合」や「根性」で乗り切ろうとしてこじらせてしまう人がとても多いです。
- 対人関係や社会生活に影響が出ます。
  - 社会の中で孤立したり、のけ者にされたりしている人がとても多いです。
  - 長引くと、家族の関係が悪化します。

「こころ」の病気をどうやってなおすか？



ハートクリニック　浅井逸郎

「こころ」の病気と身体、環境、仕事、お金、文化

- 「こころ」の病気には、

身体、仕事、お金、文化が、発症、経過、予後に大きな影響を与えることがあります.

それらを、総合的に、改善していくことが、必要となる場合もあります.

御家族と「こころ」の病気

- 御家族の接し方で、「こころ」の病気の経過、予後は、ずい分違ったものになります.
- よりよい、経過、予後を得るために、どうすればよいかを、考えていきましょう.

これからも、御一緒に、勉強して行けますよう.

ありがとうございました.