

佐伯地区医師会

しんどさを伝えられない 子どものうつ

まず子どもの心の病気の特徴は、自分のしんどさを言葉にすることが難しく、人格的成長の途上であり、養育や環境の影響を受けやすいこと、環境調整や心理教育が奏功する機会が多いことがあげられます。では子どものうつ病について特徴を5つあげます。

1. 大人と比較して子どものうつ病に多い症状は、イライラ感、身体症状（頭痛、腹痛など）、行動症状（不登校、引きこもりなど）。
2. 大人よりも環境因の影響が大きく、環境因として学校と家庭が多くを占めるため、学校におけるいじめ、家庭での虐待や不和など情報を詳細に聞く必要があります。環境調整のみで改善することも少なくありません。
3. うつ病単独で出現するより、注意欠如多動性障害(ADHD)、行為障害、不安障害、自閉症スペクトラム障害、摂食障害などをあわせ持つことが多い

です。むしろ、これらの併存障害の症状が派手で表面に出やすいため、その背後にうつ病が隠れていることがわかりにくく見逃されていることがまれではありません。

4. 子どものうつ病の経過は、1年以内に軽快する症例が多いが、数年後あるいは成人になって再発する可能性が高いです（思春期以前の発症は成人移行は少ない）。

5. 大人と比較して双極性障害（躁うつ病）へ発展しやすいことです。

ホルモン異常や膠原病、貧血、ステロイドなど薬物の影響など身体疾患によるうつ状態を除く必要があり、かかりつけの小児科の先生にまずはご相談ください。

廿日市野村病院
理事長 野村陽平