



心身の不調にしっかりと耳を傾ける

心と体、両方をケアする「心療内科」

光生病院

坂井 玲子 先生
日本精神神経学会 精神科専門医、日本総合病院精神医学会 一般病院連携精神医学専門医（精神科リエゾン専門医）、日本神経学会 神経内科専門医 他

心の不調は、食欲不振や不眠など体にも影響を及ぼします。そんな心と体の両方をケアしてくれるのが心療内科。光生病院・心療内科の坂井玲子先生に心療内科の役割などについて伺いました。

心の不調を放置せず、気負わず気軽に受診を

心の不調は、食欲不振や不眠など体にも影響を及ぼします。困っていることや抱えている症状、既往歴などを丁寧に時間をかけて伺います（チェックシートを活用する場合あり）。分かりやすく親しみやすい診療を心掛け、カウンセリングや薬で治療を行っています」と坂井先生。

◇ 適応障害、うつ病、パニック障害、発達障害、認知症、更年期障害など心(脳)の不調は、体の不調にも密接につながっています。適切な治療を行います。心身ともに健康を目指していくのが心療内科。「受診を不安に思われる方もいらっしゃるかと思いますが、心療内科ではまず、しっかりとお話を聞きます。困っていることや抱えている症状、既往歴などを丁寧に時間をかけて伺います（チェックシートを活用する場合あり）。分かりやすく親しみやすい診療を心掛け、カウンセリングや薬で治療を行っています」と坂井先生。

「受診を不安に思われる方もいらっしゃるかと思いますが、心療内科ではまず、しっかりとお話を聞きます。困っていることや抱えている症状、既往歴などを丁寧に時間をかけて伺います（チェックシートを活用する場合あり）。分かりやすく親しみやすい診療を心掛け、カウンセリングや薬で治療を行っています」と坂井先生。

同院には10代から90代まで幅広い年齢の方が受診。胃痛があり胃力メラで検査しても問題がない、胸が苦しくて何度心電図検査をしても問題がないなど、症状は多岐に渡ります。「受診の目安としては、2週間以上ゆううつな気持ちが続く、仕事や家事ができない、食欲低下、不眠（入眠困難、中途覚醒、早朝覚醒）などの症状がある場合は心療内科の受診をお勧め

問い合わせ
社会医療法人 光生病院
岡山市北区厚生町 3-8-35
☎ 086-222-6806
<https://www.kousei-hp.or.jp/>

光生病院

検索

山陽新聞・OHKの生活情報紙

さりお SALIO

2024 / 2 / 23 掲載