

2026年
3月

南風

ふれあい南伊豆ホスピタル

第271号

● 当院では、患者様が地域で安心して暮らしていただける為の支援をすすめています ●

編集・発行 医療法人社団 辰五会 ふれあい南伊豆ホスピタル 〒415-0151 賀茂郡南伊豆町青市 848 TEL 0558-62-1461 FAX 0558-62-0510



認知症だけ
ではない

高齢者が陥りやすい精神の不調

早期発見への
一助として



人口の減少と高齢化は現代社会の大きな特徴であり、対応が求められています。下田・賀茂地区も例外ではなく、当院を受診される患者さまの年齢層は年々上がってきていて、「高齢者ならではの精神の不調」を扱うことが増えてきました。

高齢者の精神疾患というと、認知症が代表的なものとして思い浮かぶ方が多いかと思いますが、認知症に関してはこれまでもこの広報で時々扱ってきましたので、今回はそれ以外のものに注目していきます。

1 うつ病



高齢者のうつ病は、若年層と比べて身体の不調（痛み、しびれ、力が入らない、食欲不振、不眠など）の訴えが前面に出やすく、「体調が悪くて内科、外科などを受診したけど『なんともない』と言われた。でもなかなか良くならない」といった訴えから判明することもあります。

※ 認知症と似た「物忘れ」がみられることがありますが、本人がそれを強く自覚して不安がっている場合はうつ病の可能性もあります。

※ 親しい間柄の人との死別、退職、健康や将来への不安などがきっかけになりやすいとされています。

2 不安・パニック



孤独感や将来への不安から、心配な気持ちにブレーキがかからなくなり、動悸・息切れなどのパニック症状を引き起こすことがあります。一度このような状態を経験すると、「またあんな風になるのでは？」との思いから、短期間に何度も繰り返す場合があります。

※ このような症状に陥りやすい方は、健康面、経済的なこと、家族のことなど、複数の心配事の糸がからまっている可能性が強く、それをゆっくりほどいていく作業が必要です。

3 アルコール依存症



孤独感や寂しさを紛らわせるために、飲酒量が増えてしまう場合があります。高齢者は少量のアルコールでも身体に影響が出やすく、転倒による大ケガや荒れた生活（セルフ・ネグレクト）に直結しやすい危険があります。

4 せん妄



一時的な意識の混乱状態で、認知症と混同されやすい症状です。急に発症し、時間や場所が分からなくなったり、幻覚が見えたりします。感染症や脱水などの身体疾患、服用している薬の影響、環境の変化が原因となりやすいです。

5 被害妄想



記憶力や注意力がそれほど低下していなくても、「近所の人々が嫌がらせをする」「誰かにお金を盗まれた」といった、被害的で現実には起きていないことを思い込んで、周囲とトラブルになることがあります。独居の方や、家族と同居していても身の回りのことがある程度自分で出来る方によく見られます。

このような症状は、普段なかなか気軽に周りの人に頼れない → 迷惑をかけないように、しっかりしないと! などの思いが強すぎるために起こることもあります。ご自身で「もしかしたら当てはまるかも…」と思われたり、身近にこのような症状を抱えて大変そうな方を見かけたりした場合は、一度当院にお気軽にご相談ください。外来通院と服薬で、思ったより短期間で落ち着く可能性があります。心配事をおひとりで抱え込まないためにも、ご利用をお待ちしています。

「相談員と話がしたい」と仰っていただければ、電話での相談ができます。☎0558-62-1461

カウンセリングのご案内

当院では外来の患者さまを対象に、心理士によるカウンセリングを行なっています。

- 医師の診察に加え、「もう少し話を聞いてもらえる時間が欲しい」とお考えの方
- 病状の安定を目指し、服薬以外の方法も交えて生活を整えたい方
- ご自身の過去から将来を含め、時間の幅を広げて見つめ直してみたい方
- ★ 外来受診と同じ日に、医師の診察とは別の時間枠で行います。
- ★ 医師の診察とセットで行います。カウンセリングだけではお受け出来ません。
- ★ 30分枠と50分枠があります。

ご興味・関心がおありの方は、診察の時、主治医にお申し出ください。

お知らせ

広報『南風』は長年にわたり月刊にて発行してまいりましたが、4月より当院都合で季刊（4、7、10、1月）とさせていただきますこととなりました。今後とも当院と地域の皆さまとの距離を縮める役割を担う記事をお届けしていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



色とりどりの春が待ち遠しいですね

ふれあい南伊豆ホスピタル
静岡県賀茂郡南伊豆町青市848



2026年3月発行 Vol.271

【監修】山本 善治

【構成・編集】神谷 正光

【デザイン】F&Y

【作業協力】支援センターふれあい

利用者の皆さん

ふれあい南伊豆ホスピタル

広報委員会

※祝卒業式