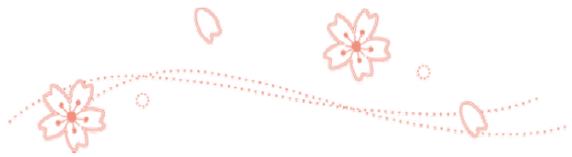


# さくらだより【3号】



2010年11月22日発行

女性の社会進出の増加に伴い、最近うつ病を発症する人が増えているようです。うつ病の発症は、仕事の失敗や転勤、病気、家庭の不和、金銭問題などストレスが引き金で発症するといわれていますが、それが全てではありません。生まれもった遺伝子などの影響もあります。うつ病になりやすい性格としては「まじめ」「完璧主義」「悲観的」「他人を気にする」「控えめ」「思ったことを口に出せない」等といわれていますがその傾向のある人はストレスをためないよう日頃から気をつけましょう。女性の場合は「生理」があるので、疲れやストレスがたまると月経不順や不正出血といった症状があらわれることがあるので、早期に発見できるという利点があります。それが全てではありませんが、ホルモンのバランスが悪いのかなと思ったりまず、器質的な異常(癌・ポリープ・感染症等)がないかチェックしていただき、ストレス発散をこころがけるといいでしょう。又、性交痛や原因不明の外陰痛等もうつ病の1つの症状であることがわかっています。心療内科等専門の先生に相談しましょう。

