

健康コラム

「産後うつ病」

赤ちゃんを産んでから10日目ころまでに生じる状態、産婦が感情的に不安定になったり、精神的に混乱したり、また、不眠、抑うつ気分、注意集中困難などを呈することがあります。さらに特徴的なのは、ちょっとした刺激で涙くんだり、泣いたりする、わけもなく泣きだしたり、わけもなく泣きたい気持ちになったりする、また、育児に無関心になる産婦もみられます。このような状態をマタニティ・ブルーと呼んでいます。分娩による女性ホルモンの変動などで一過性に生じる情緒不安定な状態と考えられます。一般的には、このような状態は特段の治療もせず、通常は2週間程度でおさまってしまします。しかし、産後2週間以上経っても気分が晴れず憂うつで不安やいらだち、無気力、不眠、食思不振などの症状が認められた

赤ちゃんを産んでから10日目ころまでに生じる状態、産婦が感情的に不安定になったり、精神的に混乱したり、また、不眠、抑うつ気分、注意集中困難などを呈することがあります。さらに特徴的なのは、ちょっとした刺激で涙くんだり、泣いたりする、わけもなく泣きだしたり、わけもなく泣きたい気持ちになったりする、また、育児に無関心になる産婦もみられます。このような状態をマタニティ・ブルーと呼んでいます。分娩による女性ホルモンの変動などで一過性に生じる情緒不安定な状態と考えられます。一般的には、このような状態は特段の治療もせず、通常は2週間程度でおさまってしまします。しかし、産後2週間以上経っても気分が晴れず憂うつで不安やいらだち、無気力、不眠、食思不振などの症状が認められた

子どもをかわいく思えない、こんな母親でよいのかと自責的になったり、育児に対する過度な不安や恐怖を抱き、母親としての自信や子育ての自信がもてない気持ちにとらわれるようであれば、お産をした病院の医師に相談のうえ精神科医を受診することが望ましいです。その理由は本人にとってはこの苦悩は大きいし、死んだほうがまだとさえ思いつめてしまうこともあるからです。産褥期に生じるうつ病というこ

をいやす良薬は、当然のことながら、夫をはじめとする家族の協力と温かい支援です。ほかに産褥期にはメンタルヘルスを損ねた状態が現れることがあります。たとえば、授乳時間を気にして時計ばかり見てイライラしたり、赤ちゃんの食器消毒を何回でもやり直したり、体重の増加、身長の伸びを毎日毎日気にして測定したり、ばかくさいと思いがちでもそうしないと気がすまない状態になって、いつのまにか強い被害が呼び込まれていることもあります。この状態は、うつ病を基盤に発症したり、うつ病と共存していることがあります。産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。

産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。

産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。

産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。産後、なにかと神経質になりすぎるようであれば専門医に相談してください。

申請できる方 次の条件のすべてに該当する方です。介護保険料の区分が第1段階または第2段階で、生活保護を受けていない。平成15年中の収入が、第1段階75万円以下、第2段階150万円以下または75万円以下(単身世帯の場合、世帯員が1人増すことに50万円を加算)で、資産活用や家族の援助を受けても納入困難である。自分の居住用を除き、処分可

介護保険料の軽減内容
Table with 4 columns: 保険料区分, 第1段階, 第2段階, 軽減後の保険料額(年額)

介護保険料特別徴収開始通知書を送ります
介護保険料を年金から差し引き(特別徴収)となる方へ、10月12日、平成17年2月に差し引かれる介護保険料の額などをお知らせする「介護保険料特別徴収開始通知書(本徴収)」を8月16日に発送します。

「こもれび」
NPO法人こもれびでは、市との協働で、おおむね65歳以上の高齢者の方と一緒に毎月さまざまな活動を行っています。9月は作業療法士を囲んで、軽い体操を交えながら、日常生活のことや高齢者福祉のことを話し合います。

今月は国民健康保険税第2期の納期です
平成16年度国民健康保険税第2期の納期は、8月31日です。納期内の納付に、「理解と協力」をお願いいたします。

多摩府中 保健所
多摩府中保健所地域保健係
個別相談を行います
精神保健医療相談☎9月7日、16日(眠れない、何もしたくない、家に閉じこもりがち、人と接するのがつらいなどでお悩みの方)

あなたも社会協働員に
7~8月は会員増強月間
社会福祉協議会(社協)は、「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」をめざして市民のみなさんをはじめ企業、福祉施設、福祉ボランティア団体、行政などと協力して地域の福祉を推進する団体です。

夏季の食中毒に
気ををつけよう
気温が高くなる夏季はO157、サルモネラなどの細菌性食



介護保険料の個別軽減を実施します
65歳以上(第1号被保険者)の方で、16年度分介護保険料の所得階層「第2段階」以下の方を対象に、個別軽減制度を実施します。

本人と世帯全員の預貯金通帳またはその写し
軽減申請書と収入および資産申告書(用紙は高齢者支援室にあります)
9月10日までに高齢者支援室(市役所1階、午前9時~正午、午後1時~4時30分)へ申請する。

高齢者作品展の作品募集
高齢者の方の趣味活動から創り出された作品を展示する「高齢者作品展」を開催します。対象は市内にお住まいの65歳以上の方(高齢者住宅サービスセンター利用者および老人ホームなどに入所の方は65歳未満でも出品可能です)。

国民健康保険「医療費のお知らせ」を送付します
国民健康保険に加入している世帯主の方に、8月25日dに「医療費のお知らせ」をお送りします。これは医療機関などからの請求に基づき、今年5月に受診した方の名前、医療費の総額(10割分)、医療機関などの名称および食事療養費の全額を記載してあります。

保健師・看護師のパート職員を募集(若干名)
総合保健センターで、母子保健事業をお手伝いして下さる保健師・看護師のパート職員を募集します。対象は基本的なパソコン操作の出来る方。

多摩府中保健所
個別相談を行います
精神保健医療相談☎9月7日、16日(眠れない、何もしたくない、家に閉じこもりがち、人と接するのがつらいなどでお悩みの方)

あなたも社会協働員に
7~8月は会員増強月間
社会福祉協議会(社協)は、「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」をめざして市民のみなさんをはじめ企業、福祉施設、福祉ボランティア団体、行政などと協力して地域の福祉を推進する団体です。