

2010年度シンポジウム報告

介護予防におけるうつ予防・支援の 2次予防の考え方と実践

社団法人日本健康倶楽部主催の「2010年度シンポジウム 介護予防におけるうつ予防・支援の2次予防の考え方と実践」が2月25日、東京・平河町のルポール麹町で開催されました。

うつ予防・支援の2次予防の研究事業は、2010年度厚生労働省老人保健健康増進等事業の「介護予防事業の円滑実施・地域包括支援センター支援に関する調査研究事業」として実施されています。

特別講演

「うつ病・抗うつ状態は 認知症と何が違うのか」

栗田圭一氏

東京都健康長寿医療センター研究所 研究部長

この講演は「病態と支援の両側面から」との副題が設けられ、認知症とうつ病の違いと現状などを紹介し、うつ病と自殺予防のチェックと介護予防の問題点を指摘するとともに、「うつ病エピソードの9つの症状」を示し、うつ病の一次予防活動と二次予防活動の実例が紹介されました。

うつ病エピソードの9つの症状

- | | |
|----------------|---------------|
| 1 抑うつ気分 | 6 易疲労性・気力の低下 |
| 2 興味や喜びの喪失 | 7 強い罪責感 |
| 3 食欲減退 | 8 思考力低下・集中力低下 |
| 4 睡眠障害 | 9 自殺念慮 |
| 5 精神運動の制止または焦燥 | |

シンポジウム

続いて、井原一成氏(東邦大学社会医学講座公衆衛生学分野講師)と北島義典氏(財団法人明治安田厚生事業団体力医学研究所)の司会により、4名のシンポジストによる地域での実践活動についてのショートレクチャーが行われました。

「地域包括支援センターにおける うつ予防・支援の現状と課題」

吉田英世氏

東京都健康長寿医療センター研究所 研究副部長

平成21年度厚生労働省「老人保健健康増進事業アンケート」の結果から、うつ予防・支援マニュアルの2段階式スクリーニングを紹介し、職員のアセスメントの現状と問題点について指摘しました。

「地域包括支援センター職員の経験からわかった 2次アセスメントのコツ」

鈴木良美氏 東邦大学看護学部 准教授

2次アセスメントを経験した地域包括支援センター職員へのグループインタビューの分析結果を紹介し、抵抗感の乗り越え方、掘り下げた聞き方、確信を得るための方法など経験からわかった2次アセスメントのコツについての紹介がありました。

「地域へのうつ予防・支援の 2次アセスメントの導入の経験と成果」

鈴木友理子氏

国立精神・神経センター精神保健研究所 研究室長

2次アセスメントを導入した東京都の大田区、国分寺市、板橋区の導入実績を紹介し、問題点を提示しながら、改善を目指した研修プログラムと2次アセスメントの重要なポイントを説明しました。

「地域高齢者は抑うつ状態を どう体験し乗り越えるのか」

小島光洋氏

宮城県成人病予防協会 学術・研究開発室長

うつのスクリーニングで、生活リズムや生活の支障について問題と感じているところを紹介し、うつは元気のなさ、意欲の低下から始まることを指摘。高齢者のうつ状態は大うつ病性障害とは別物であるかもしれないとの例を示し、運動とメンタルヘルスの関係の有効性についても紹介。地域高齢者の精神面の支援のあり方についての提案もありました。

総合討論

ショートレクチャーを受けて、「うつ尺度による検査からクライアントの顔の見えるアセスメントへ」と題し、4名のシンポジストによる総合討論が行われました。両司会者のもと、フロアの参加者との質疑応答が盛んに行われ、うつ病エピソードや運動療法の効果などについても話し合われました。