

## うつ病の看護を深めましょう！

## ～「日本うつ病学会 うつ病看護ガイドライン」の活用方法と事例検討～

○香月 富士日<sup>1)</sup>，野末 聖香<sup>2)</sup>，岡田 佳詠<sup>3)</sup>，河野 佐代子<sup>4)</sup>，佐藤 寧子<sup>5)</sup>，  
玉木 敦子<sup>6)</sup>

1) 名古屋市立大学大学院看護学研究科，2) 慶應義塾大学看護医療学部，3) 国際医療福祉大学成田看護学部，  
4) 慶應義塾大学病院 看護部・医療連携推進部，5) 慶應義塾大学健康マネジメント研究科，  
6) 神戸女子大学看護学部

うつ病は長期にわたり思うことが多く、そのためうつ病を持つ人ご本人はもちろんのこと、家族や社会、仕事にも多くの深刻な影響を与えることが知られています。世界30カ国の平均ではうつ病生涯有病率は10.8%といわれています。日本の調査では生涯有病率は6.2%、過去12カ月間に2%の方がうつ病を経験しています。またうつ病の方は過去12カ月間に平均22.1日間の仕事や家事が出来ない日があり、それは慢性身体疾患の約4倍ということでした。うつ病は再発も多く、慢性化しやすい病気ということも知られており、また他の精神疾患や身体疾患との併存も多いため、多くの方が日常的に看護しておられることと思います。しかし、うつ病をもつ方やそのご家族への看護をあらためて勉強する機会は少ないのではないのでしょうか？

日本うつ病学会では、「うつ病看護ガイドライン」を作成・公表しています。今回は、うつ病看護ガイドラインをより深く知り活用していただくためにWSを企画しました。うつ病看護ガイドラインを活用しながら、うつ病看護の基本やうつ病看護で活用する技術などを講義と事例検討を用いて理解し、ガイドラインを実践の場で活用する視点や方法を学ぶ機会にしたいと思っております。

なお、ご参加の方は、事前に日本うつ病学会のホームページから「うつ病看護ガイドライン」をダウンロードしていただき、当日ご持参いただけますと、より効果的かと思えます。

倫理的配慮：ワークショップ中に用いる事例は架空の事例ではありますが、終了後に回収させていただきます

ます。

当日の予定

1, うつ病看護の原則とアセスメント

野末聖香

2, 重症度に応じたうつ病看護

河野佐代子

3, 対象に応じたうつ病のアセスメントと看護のポイント 玉木敦子

4, 事例を用いた演習：香月富士日・他

5, 介入技法の紹介：佐藤寧子・他

アサーション・マインドフルネス・リラクゼーション・CBT・家族支援など

日本うつ病学会「うつ病看護ガイドライン」執筆者  
(執筆時の所属)

宇佐美しおり(四天王寺大学看護学部・看護実践開発研究センター)

岡田佳詠(国際医療福祉大学成田看護学部)

香月富士日(名古屋市立大学大学院看護学研究科)

河野佐代子(慶應義塾大学病院看護部・医療連携推進部)

小坂橋喜久代(前京都橘大学看護学部)

小高恵実(上智大学総合人間科学部)

佐藤寧子(独立行政法人国立病院機構東京医療センター)

玉木敦子(神戸女子大学看護学部)

野末聖香(慶應義塾大学看護医療学部)

長谷川雅美(新潟県立大学看護学部)