

り、ご家族の行動が刺激になってしまいうこともありません。それに対して、入院治療をすれば静かな環境で完全に休息できますから、治療効果が上がりやすいんですね。

Q 退院までの流れはどういう感じになりますか？

露木 宇治おうばく病院の場合、うつ治療入院のクリニック・パス（診療計画表）は、休工期・軽作業期・作業期・社会復帰期の4期に分かれています。最初は刺激を遮断して休息に徹して、症状が改善されてきたら、作業療法やグループカウンセリング、軽い運動などをを行い、復職トレーニングにつなげていきます。

Q 休養と薬物療法以外の治療法には、どのようなものがありますか？

露木 外来の場合、心理教育、認知行動療法、対人関係療法などに、カウンセリングを通じて取り組んでいくこととなります。

Q 「認知行動療法」とは、どのようなものですか？

露木 先ほどの病前性格と関連しますが、うつ病になりやすい考え方というのがあります。すぐに自罰的になってしまったり、物事を悪い方に悪い方に考えてしまう過度の悲観に陥っていたり……。そういう「考え方のクセ」を修正していく心理療法ですね。

当クリニックの場合、専門のカウンセラーが認知行動療法を行います。ひととおり終わると、患者さんの考え方・物事の見方がかなり変わってきますね。そうすると、その後うつ病が再発しなかったとしても、認知行動療法で習い覚えた考え方を思い出して、再発させずに済みます。

Q 最後に、「栄仁会・京都駅前メンタルクリニック」の特長について教えてください。

露木 当クリニックは京都駅から徒歩3分という好立地なので、アクセスしやすいのが強みです。それと、復職トレーニング専門のデイケア施設（バックアップセンター・きょうと）を併設していますので、うつ病を持ちながら復職を目指す方には利用しやすいと思います。お薬を処方するだけではなく、同じ施設でカウンセリングも受けられるし、リワーク（復職）のトレーニングも受けられますから。

○ ありがとうございます。



取材と原稿 / 前原政之 (まえはらまさゆき)
1964年 栃木県生まれ。1年のみの編プロ勤務を経て、87年 23歳でフリーに。ライター歴28年。



栄仁会・京都駅前メンタルクリニック (心療内科)

京都市下京区七条通烏丸東入真苧屋町195福井ビル5F
TEL. 075-344-5900

