

ストレスと「うつ」の関係と対処法 ～あなたの「うつ」は、本当にうつ病ですか？～

日常生活を送るうえで、すべてのストレスを避けることは困難です。強いストレスを受けたり慢性的なストレスにさらされ続けると、誰でも「うつ」状態に陥ることがあります。しかし、「うつ」状態を示すのは、必ずしもうつ病だけではないため、抗うつ薬やカウンセリングだけでは治療が不十分な場合もあります。

この講座では、まず「うつ」について、皆さんに理解しやすい形で説明します。また、「うつ」状態の場合にはどんな病気が考えられるのか、それぞれの病気の診断法や治療法についても解説します。さらに、当院の心療内科の外来および入院での「うつ」に対する実際の治療についてもご紹介します。

心の健康に対して、正しい理解を深めましょう。

日時：2024年 1月 18日（木） 14:00～15:00（開場13:30）

場所：山王病院 本館3階 山王ホール 参加無料 予約制



大谷 真（おおたに・まこと）

山王病院 心療内科部長、国際医療福祉大学 医学部准教授

専門：心療内科（心身症全般、摂食障害、サイコオンコロジー、心理療法等）
精神科（一般精神医学、リエゾン精神医学）

東京大学卒、医学博士

前東京大学医学部附属病院心療内科特任講師

日本心療内科学会認定心療内科専門医・登録指導医、日本心身医学会研修指導医、

日本精神神経学会認定指導医・精神科専門医、日本内科学会認定内科医、

一般病院連携精神医学専門医、厚生労働省認定精神保健指定医、日本医師会認定産業医

心療内科、精神科の両方に豊富な臨床経験を持つ。気分障害（双極性障害など）を合併した心身症（過敏性腸症候群、機能性ディスぺプシア、慢性疼痛、線維筋痛症、慢性疲労症候群、肥満症、糖尿病など）や摂食障害（神経性やせ症、神経性過食症など）をはじめ、心療内科領域、精神科領域の双方に問題が及ぶ症例にも対応が可能である。

～参加方法～ 当日会場での聴講と後日オンデマンド配信の2つの方法で行います。

- 会場聴講：予約制（当日定員に満たない場合は、予約なしで入場いただけます。）

以下の事項を記載のうえ、FAXまたは当院Webサイトのお申し込みフォームのいずれかでお申し込みください。

FAX：03-3404-3652（さんのう健康講座事務局）

- オンデマンド配信：当院Webサイトのお申し込みフォームからお手続きください。

お申し込みいただいた方に、会場撮影した映像を後日メールにて配信いたします。



お申し込みフォーム

お名前 (フリガナ)	お電話		参加 人数	名	
ご住所	〒	当院 受診歴	あり・なし	健康講座 参加歴	あり・初めて