

SAFE クリニック

<http://www.safe-youthcentre.jp>

TOP ページ

若者のこころの健康を考える

SAFE クリニック

SAFE CLINIC

[アクセス](#) | [お問い合わせ](#) | [プライバシーポリシー](#) | [リンク](#) |

TOP	こころの危険信号	SAFE クリニック	セルフチェック	ご家族の方へ	不登校・ひきこもり	事例	Q&A
---------------------	--------------------------	----------------------------	-------------------------	------------------------	---------------------------	--------------------	-------------------------





SAFE クリニック	こころの病気？	心配…	安心サイト	ご相談はお気軽に
----------------------------	-------------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------

[お問い合わせ](#)



〒980-0874
仙台市青葉区皇陵町1-1
東北大学病院 精神科外来
(外来棟3階)
☎ 022-717-7737
✉ info@safe-youthcentre.jp

SAFE クリニック

このサイトは、「こころのリスク状態」と精神症(サイコーシス)の早期段階についての情報を提供するためのサイトです。

思春期・青年期の方々が、こころの危険信号についてよく理解し、問題があった場合にはこれを適切にとらえて、対処することができるように支援したいと考えています。

 [こころのリスク状態とは](#)

 [精神症/サイコーシスとは](#)

 [専門家の方々のための情報](#)

 [SAFE ニュースレター](#)

[TOP](#) [こころの危険信号](#) [SAFE クリニック](#) [セルフチェック](#) [ご家族の方へ](#) [不登校・ひきこもり](#) [事例](#) [Q&A](#)

Copyright © 2007-2013 SAFE クリニック All Rights Reserved.

若者のこころの健康を考える



SAFE CLINIC

アクセス | お問い合わせ | リンク | サイトマップ |

TOP

こころの
危険信号

SAFE
クリニック

セルフチェック

ご家族の方へ

不登校・
ひきこもり

事例

Q&A

●こころの危険信号

はじめに

こころのリスク状態

精神症(サイコースIS)

こころの病気の評価と検査・治療



はじめに

■こころの不調・病気とは？

誰でもこころに悩みを抱えることはあるでしょう。悩みが自然になくなることもあれば、友人や家族に相談することで解決することもあるかもしれません。しかし、身体の調子が崩れると病気になることがあるように、こころの調子が崩れるとこころの病気になることがあります。日本人が、生涯にこころの病気(精神疾患)になる割合は**5～6人に1人**といわれており、決して珍しいものではありません。ストレスの多い現代社会では、誰がなってもおかしくはない病気のひとつです。

こころの病気には、様々な症状、様々な種類があります。特に代表的なものが下の表です。

こころの病気の症状

気分の症状

- ・ゆううつ
- ・やる気が出ない
- ・死にたい気持ちが出てくる
- ・気分がハイになる
- ・怒りっぽくなる

不安の症状

- ・焦る
- ・心臓がドキドキする
- ・息が苦しくなる

精神症(サイコースIS)
の症状

- ・誰もいないのに音や声が聞こえる
- ・不思議なものが見える
- ・間違った考えを信じ込んでしまう
- ・考えや行動のまとまりが悪くなる

その他の症状

- ・食欲増加・低下
- ・不眠・過眠
- ・集中力や思考力の低下

こころの病気の種類

- ・精神症・精神病(サイコースIS)：統合失調症など
- ・気分障害：うつ病、躁うつ病など
- ・不安障害：社交不安障害、強迫性障害、パニック障害、解離性障害、身体表現性障害など
- ・その他：摂食障害、パーソナリティ障害、アルコール・物質依存障害など

若者のこころの健康を考える



SAFE CLINIC

アクセス | お問い合わせ | リンク | サイトマップ |

TOP	こころの危険信号	SAFE クリニック	セルフチェック	ご家族の方へ	不登校・ひきこもり	事例	Q&A
-----	----------	------------	---------	--------	-----------	----	-----

●SAFEクリニック

対象となるのは

診療について

相談・診療までの流れ

アクセス



SAFE クリニック

SAFEクリニックは、“こころのリスク状態”や“初回精神症（サイコーシス）”の専門外来で、仙台市の東北大学病院にあります。こころの病をできるだけ早急に診断し、できるだけ早期に必要な相談や治療を行うことを目標としています。このことで、こころの問題を抱えている若者がよりよい生活を行うことができるようにサポートしたいと考えています。問題が大きくなる前に、早くから予防的にかかわることが大切です。

SAFEクリニックは次の2つからなっています

- ・早期支援外来：精神症（サイコーシス）にはじめてなった方（初回精神症）の専門診療
- ・こころのリスク外来：精神症（サイコーシス）になるリスクが高い、“こころのリスク状態”の専門診療

■対象となるのは

※SAFEクリニックの対象となるのは、以下A、B、C、Dの基準をすべて満たす方です。

早期支援外来の場合は、Aのa)の症状が、少し強くなっている場合です。診察によって、どちらの支援が適切か私たちが判断いたします。

A. 下記a)、b)、c)のいずれかに該当し、そのために苦しんでいたり、日常生活に支障を来している方

a) 軽度の精神症症状でお悩みの方 例えば、以下のような症状が出てくることがあります。

- ・ものの見え方がおかしい、幻視のようなものが見える
- ・ものの聞こえ方がおかしい、空耳のようなものが聞こえる
- ・普通では起こらない不思議な感覚があったり、おかしい経験をしている
- ・誰かに危害を加えられているという考えが出てきて困っている
- ・ひどく疑り深くなる
- ・自分のことが皆に知られていると感じて困る
- ・考えがどんどん湧いてきて自分でコントロールできない
- ・思いこみのせいで、普段とはまったく違う行動をとる
- ・行動や言動がまとまらなくなり、自分をコントロールできない
- ・あらゆる事に意味があるように感じ、不気味でしょうがない



チェックリストを利用することで、ご自分でチェックすることができます。

b) 明らかな幻覚や妄想、まとまらない思考などの精神症の症状を経験したが、1週間未満で自然に消えた方

c) ご両親のいずれか、もしくはご兄弟のいずれかが統合失調症など精神症（精神病）の方、

※画像は2014年4月8日現在のものです。