



# うつ病について調べる

※パスファインダーとは…特定のテーマに関する文献、情報の探し方・調べ方の案内 のことです。

病気について知りたい、検査結果について調べたい、治療方法を調べたい…等調査に役立つような資料を紹介します。

## ◎蔵書検索機(OPAC)を使って調べる

館内の蔵書検索機(OPAC)で当館所蔵資料を調べることができます。書名や件名の項目に手がかりとなるキーワードを入力して検索すると、該当資料の情報が表示されます。

<キーワード例>

うつ状態／抑うつ状態／気分障害／大うつ病／躁うつ病／非定型うつ病／難治性うつ病／軽症うつ病／単極性障害／双極性障害／メンタルヘルス／抗うつ薬／不安障害／ など

## ◎概略を知る

『 <a href="#">医学書院医学大辞典</a> 』 ( <a href="#">医学書院、2009年</a> )490. 3/109	医学・医療のあらゆる分野を網羅し、解説語約5万、検索語約10万、カラー写真・図約2500枚を収録。
『 <a href="#">最新医学大辞典</a> 』 ( <a href="#">医歯薬出版、2005年</a> )490. 3/サ05	見出し語数約52000語を収録した医学大辞典。
『 <a href="#">ステッドマン医学大辞典 英和・和英</a> 』 ( <a href="#">メジカルビュー、2009年</a> )490. 3/ス09	10万語の医学用語を収録。500点以上のカラーイラスト、写真を掲載。
『 <a href="#">標準治療 家庭のドクター</a> 』 ( <a href="#">日本医療企画、2006年</a> )490. 3/ヒ06/1	病気の概要のほか、手術になる可能性の有無や入院の必要性をまとめた「受診のコツ」などを掲載。
『 <a href="#">メルクママニュアル 日本語版</a> 』 ( <a href="#">日経BP社、2007年</a> )490. 3/メ07	疾患についての症状から診断、治療法までを詳細にカバーした総合医学書。
『 <a href="#">メンタルヘルス事典</a> 』 ( <a href="#">同朋舎メディアプラン、2005年</a> )493. 7/メ05	メンタルヘルスとは何か、ライフサイクルや生活の場とどうかかわっているか、メンタルヘルス不全はどのようなものかについて理解を深める。

## ◎図書を探す

『 <a href="#">〈医師〉〈看護師〉〈患者・家族〉によるうつ病の本</a> 』 ( <a href="#">岩波書店、2010年</a> )493. 7/イ10	本人だけでなく、家族、友人、会社の同僚や上司などが、どのようにうつ病に向き合ったらいいのかを具体的に紹介。病院の選び方、治療費や生活費、薬のことについても、わかりやすく解説。
『 <a href="#">うつ病 あなたの家族が病気になったときに読む本</a> 』 ( <a href="#">講談社、2009年</a> )493. 7/ウ09	家族の誰かがうつ病になったときの対応について、治療、看護、ソーシャル・サポートの全体を、家族のためにガイドする本。国や町の生活保障についてわかりやすく解説。
『 <a href="#">うつ病の人の気持ちがわかる本</a> 』 ( <a href="#">講談社、2011年</a> )493. 7/ウ11	うつ病をより深く理解できるよう、患者本人の言葉にできない心の訴えや本音を、イラストとチャートを多用して的確に表現。それを補足するための専門的な解説も掲載。
『 <a href="#">気分障害</a> 』 ( <a href="#">メジカルビュー社、2009年</a> )493. 7/キ09	気分障害の診断治療について解説。また、気分障害の概念、数々の治療についての最新情報、今日的課題についてまとめる。
『 <a href="#">これでわかるうつ病のすべて</a> 』 ( <a href="#">成美堂出版、2010年</a> )493. 7/コ10	うつ病のタイプ別の症状から、最新治療法、家族の接し方、社会復帰まで、うつ病に関するあらゆる知識を紹介する。
『 <a href="#">老年期うつ</a> 』 ( <a href="#">講談社、2006年</a> )493. 7/タ06	認知症とうつは違います。老年期のうつ病について症例をあげ、治療法、家族の対応などを解説。Q&Aも掲載。
『 <a href="#">若者の「うつ」</a> 』 ( <a href="#">筑摩書房、2009年</a> )493. 7/デ09	若い人たちに見られる「新型うつ病」とはどのようなものか。思春期・青年期にかかりやすい「うつ」について、気づき、立ち直るための対処法をわかりやすく解説。
『 <a href="#">入門うつ病のことがよくわかる本</a> 』 ( <a href="#">講談社、2010年</a> )493. 7/ニ10	典型的なうつ病から、気分変調症、非定型うつ病まで、原因、診断、症状、治療法を初歩からわかりやすく図解。

『擬態うつ病／新型うつ病』 (保健同人社、2011年)493. 7／ハ11	うつ病ではないのに、うつ病とされている「擬態(新型)うつ病」が増えている。真のうつ病とどう違うのか、症状・解説・対応法などを実例をもとにわかりやすく紹介。
『「うつ」からの職場復帰のポイント』 (秀和システム、2009年)498. 8／ヨ09	うつ病で職場を離れた人がどのように職場復帰を目指していくのか、概略を説明。職場に復帰するまでの4つのステージのどこに自分がいるのかをチェックリストで診断し、ステージごとの対処法を学べる。

### ◎県立長崎図書館所蔵の医学・健康関係雑誌から情報を探す

・日本医師会雑誌    ・NHKきょうの健康    ・暮らしと健康    ・こころの科学    ・日経メディカル

### ◎データベースを使って調べる

・医中誌WEB    ※来館者用パソコンからご利用できます。(館内利用限定)  
来館者用パソコンのご利用は、カウンターにて申し込んでください。  
著作権・ライセンスの関係上ホームページからのご利用及び印刷はできませんので、ご了承ください。

### ⑤インターネットを使って調べる

厚生労働省 <a href="http://www.mhlw.go.jp/kokoro/know/disease_depressive.html">http://www.mhlw.go.jp/kokoro/know/disease_depressive.html</a>	うつ病のサインや症状、治療について紹介されています。
国立国会図書館 リサーチ・ナビ 健康情報 <a href="http://rnavi.ndl.go.jp/stm/post-4.php">http://rnavi.ndl.go.jp/stm/post-4.php</a>	病気、薬、病院などの項目ごとに図書、雑誌記事、論文の調べ方を紹介しています。
GeNii 学術コンテンツ・ポータル <a href="http://ge.nii.ac.jp/genii/jsp/index.jsp">http://ge.nii.ac.jp/genii/jsp/index.jsp</a>	CiNii、Webcat Plus、科学研究費補助金データベース、学術研究データベース・リポジトリ、JAIROを統合的に検索できます。
WEB患者図書館 <a href="http://mba-web.co.jp/opac/ihpla_opac1.php">http://mba-web.co.jp/opac/ihpla_opac1.php</a>	健康法、病気の解説や治療法などについての一般向けの医学書・医学雑誌・新聞記事が検索できます。
UTU-NET うつ病、パニック障害、強迫性障害(OCD)情報サイト <a href="http://www.utu-net.com/">http://www.utu-net.com/</a>	日本委員会(JCPTD)がうつ病に関する詳細な情報提供を目的として運営する公式ホームページです。□
うつサポート情報室 <a href="http://www.pref.nagasaki.jp/na_shien/seishin/soudan.html">http://www.pref.nagasaki.jp/na_shien/seishin/soudan.html</a>	うつ病についてや治療法、家族のための対応ガイドやお役立ちガイドが掲載されています。
日本医師会ホームページ 健康の森 <a href="http://www.med.or.jp/forest/">http://www.med.or.jp/forest/</a>	健康と病気についてわかりやすく説明しています。身体の部分から症状、病気を調べることができます。
こころのくすり箱 <a href="http://utsu.jp/">http://utsu.jp/</a>	うつ病の症状と診断、正しく治療するための発症メカニズム・治療方法や治療について紹介。□
長崎子ども・女性・障害者支援センター <a href="http://www.pref.nagasaki.jp/na_shien/seishin/soudan.html">http://www.pref.nagasaki.jp/na_shien/seishin/soudan.html</a>	こころの健康に関する相談を受けつけています。医療専門スタッフが対応し、電話での相談も可能です。

※紹介した資料は一例です。資料の場所等わからないことがございましたら3階カウンターの職員へお尋ねください。  
※図書館では、医療に関する資料や情報の提供は行いますが、病気の診断など医療相談やアドバイスは行っておりません。

※診断・治療・薬などの判断については医療機関へお尋ねください。

※図書館のパソコンを利用して頂くには申し込みが必要です。貸出カウンター横に設置している申し込み用紙にご記入のうえ、カウンターまでお持ちください。

※上記WEBサイトはご自宅のパソコンからもアクセスできます。



長崎県立長崎図書館 奉仕課  
〒850-0007長崎市立山1丁目1-51  
電話: 095-826-5257  
<http://www.lib.pref.nagasaki.jp/>