

## こころの病とは…

不眠や焦燥感、考えがまとまらない、気分の落ち込み…

などの症状が長く続いたり、生活の上で支障がでる、つらくて苦しいといった場合はこころの病かもしれません。

こころの病も早期発見、早期治療が重要です。

## こころの病になったら

- \*なるべく早く受診しましょう。
- \*自己判断しないで、主治医と相談して継続して治療を受けましょう。
- \*周囲の人は、病気について正しく理解し、温かく見守りましょう。

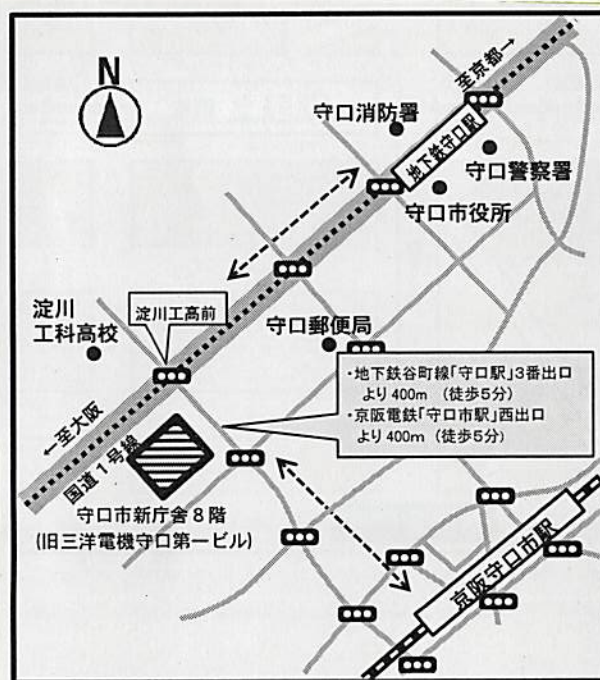
\*いきなり病院へ行くのはちょっと…

\*家族がこころの病かもしれないけれど病院に行ってくれない… など

こんな時は保健所にご相談ください

## 大阪府守口保健所のご案内

できるだけ公共交通機関をご利用ください



住所 〒570-0083

大阪府守口市京阪本通2丁目5番5号

電話 06-6993-3133

FAX 06-6993-3136

ホームページアドレス

<http://www.pref.osaka.lg.jp/moriguchihoken/>

## こころの健康相談

保健所に相談してみませんか



大阪府守口保健所

地域保健課 精神保健福祉チーム

## こんな症状で悩んでいませんか？

- \*悪口が聞こえるなどの幻聴が聞こえる
- \*誰かに監視されているなどの妄想がある

統合失調症かも…

- \*気持ちが落ち込む \*眠れない
- \*生きる気力がわいてこない
- \*ゆううつでやる気が出ない

うつ病かも…

- \*お酒がやめられない
- \*毎日飲酒し仕事に行けないなど

アルコール依存症かも…

- \*突然、強い不安感や動悸、息苦しさが起こる

パニック障害かも…

- \*自分の意に反して過度の手洗いや確認を繰り返してしまう

強迫性障害かも…

- \*認知症の精神症状(物を盗られたり、誰かが家に入ってくるなどの妄想がある)
- \*薬物依存症など \*自殺に関すること
- \*その他

医療機関のご案内、治療、対応に関するアドバイスなど、ご本人やご家族の方の相談をお受けしています。

## 保健所で相談できること

### こころの健康相談

精神科疾患(統合失調症、うつ病、アルコール依存症など)の医療相談を、原則予約制で受けています。

主に精神保健福祉担当者が相談に応じていますが、精神科医(嘱託)による相談日も設けています。

まずは、お電話ください。

**☎06-6993-3133**

予 約 受 付

月曜日～金曜日

午前9時～午後5時45分

(土曜、日曜、祝祭日、年末年始を除く)

医療機関のご案内、治療、対応に関するアドバイスなど、ご本人やご家族の方の相談をお受けしています。



## 精神保健福祉に関する情報

大阪府こころの健康総合センターホームページ「こころのオアシス」をご覧ください。



ホームページアドレス

<http://kokoro-osaka.jp/>

## その悩み誰かに話してみませんか？

関西いのちの電話

(24時間 365日)

☎06-6309-1121

自殺予防いのちの電話

(毎月10日8時～翌日8時 24時間)

☎0120-738-556

大阪自殺防止センター

(金曜日13時～日曜日22時)

☎06-6260-4343

こころの救急箱

(月曜日20時～火曜日3時)

☎06-6942-9090

こころの健康相談統一ダイヤル

(月曜日～金曜日 9時30分～17時)

☎0570-064-556

\*曜日や時間帯が変わることがありますのでご了承ください