

素人が混乱しがちな、似たような専門用語について、精神科医が YouTube で解説しています。

ご参考にしてください。

「うつ病/抑うつ状態/抑うつ気分」の違いを解説

筑波大学の松崎です。

今日は、**抑うつ状態**やら**抑うつ気分**やら抑うつ症状といった、用語について説明しましょう。

抑うつ状態というのは何かというと、抑うつ気分、意欲減退、不眠、食欲低下、希死念慮など、様々なうつっぽい状態がそろったことを指します。**抑うつ気分**というのは、気分の落ち込みという**抑うつ状態**の症状のひとつです。

抑うつ気分、意欲減退、不眠、食欲低下、希死念慮などの症状がそろったものが**抑うつ状態**と呼ばれ、**抑うつ状態（うつ状態ともいう）**をもたらす、様々な疾患（甲状腺機能低下など、双極性障害、**うつ病**、ただの悩み）の1つとして、**うつ病**というものがあります。**抑うつ状態**と**うつ病**はイコールではありません。**抑うつ気分**と**抑うつ状態**もイコールではなく、それぞれの関係性について理解しておきましょう。

引用元：「うつ病／抑うつ状態／抑うつ気分」の違いを解説 筑波大学 精神科 松崎朝樹先生

⇒https://www.youtube.com/watch?v=8HdJwUES_YM