

## 健康教室



## うつ病の新しい治療—TMS治療

塚原 直人 先生  
(土浦厚生病院)

革新的なうつ病治療「TMS治療」を紹介します。アメリカでは2013年から使用されており、効果が実証されています。日本では2019年、最新のうつ病治療法として医療保険の適応となり、現在90か所の大学病院や精神科病院でこの治療が行われています。

うつ病とは興味や関心の喪失、ゆううつ気分、意欲低下、睡眠障害、食欲低下、疲労感などが続く状態です。基本的治療は十分な休養を取り、ストレスを避けながら、三環系抗うつ薬、四環系抗うつ薬、セロトニン・ノルアドレナリン再取り込み阻害薬などの薬物療法で症状を改善し、生活能力の回復を目指します。しかし、薬が効かないことや、長い治療でも改善しないことがあり、そのために開発された治療法がTMS治療です。対象はうつ病で薬による治療を行っているのよくなるらない方、薬の副作用のため十分な治療ができない方です。

TMS治療は精神神経学会専門医の資格を持ち、この治療実技の認定を受けた医師が適応の有無を判断し、同じく認定を受けた看護師と共同で治療を行います。脳の左側の背外側前頭前野を頭の外側からの磁気刺激で活性化させ、意欲を正常化し、同時に不安を取り、うつ病を改善します。

椅子に座った状態で、テレビなどを見ながら、頭の外から磁気による刺激を受けます。1日20分間、週5日、合計30日間継続して行います。

大きな副作用はほとんどありません。最初の数日は頭痛やピリピリ感が出現することがありますが、その時は医師が対応します。薬による治療を受けている場合は継続して飲み続けます。

TMS治療の実際の有効率は50%と報告されています。低い数字と思われるかもしれませんが、薬物療法を長く続けても改善しなかった(難治性、治療抵抗性)うつ病の改善がみられることが特徴です。

## くらしの 豆知識

問消費生活センター(☎029-823-3934)

### クレジットカードの利用明細に身に覚えのない請求が！ ～増えています、第三者による不正利用～

## 《事例》

クレジットカード会社からの請求額は毎月ほぼ同じなので、利用明細をチェックしていなかった。今回、口座から引き落とされた金額が高額だったため、利用明細を確認したところ、複数の身に覚えのない請求があった。家電量販店やコンビニでの利用で、1件あたりの利用金額は1万円ほどだった。来月以降も同様の請求をされるのではないかと心配だ。何をすればよいか。

## 《対策・アドバイス》

相談者は、実在する企業を装って送られたフィッシングメールにクレジットカード情報、アカウントなど個人情報を入力して返信したため、カード情報を盗まれ、不正に利用されていたことがわかりました。相談者に対し、すぐにクレジットカード会社に連絡し、カードの利用停止と必要に応じて再発行を申し出て、入力したパスワードを変更するように助言しました。

心配なことがあったら、抱え込まずに消費生活センターに相談しましょう。

消費者ホットライン ☎188

消費生活センター ☎029-823-3928

#### 第三者による不正利用に注意！

- ・不審なメールは開かない
- ・不審なサイトにアクセスしない
- ・個人情報を入力しない
- ・同じID、パスワードの使いまわしをしない
- ・書面の明細が届いたら、すぐに確認する
- ・電子明細(ウェブ、アプリ)は、いつでも確認できるので、こまめに確認する