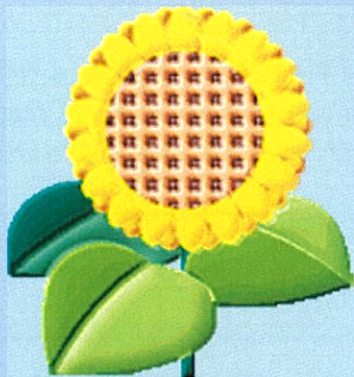


こころのリスク相談をご希望の際は…

“こころのリスク相談”は皆さんの診察に十分な時間をいただくため、予約制となっております。

まずは富山県心の健康センターへお電話ください
(TEL;076-428-1511)



心の健康センターへの交通案内

★路線バスを利用される方は

富山駅前バス乗り場から

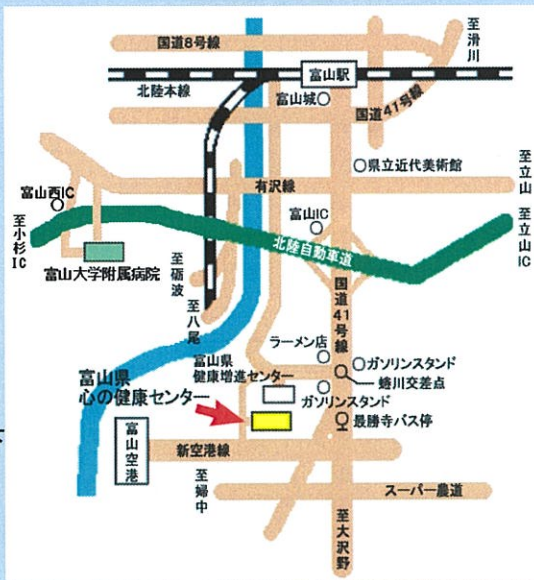
⑤番乗り場

笹津行・猪谷行・春日温泉行・神岡行

最勝寺で下車(バス停から徒歩10分)

★自家用車を利用される方は

富山ICから、国道41号線を700mほど南下
(大沢野方面)し、蜷川交差点で右折



富山県心の健康センター 富山大学附属病院

こころのリスク相談

思春期や青年期に現れるいくつかの体験や症状は、一時的なこともあります。また、まれには心の病気に発展することもあり、“こころのリスク”状態と呼ばれています。このような状態の時に、早めに相談や治療を受けることにより、これらの症状を軽くさせることができ、心の病気への移行率が減少することが報告されています。



“こころのリスク相談”では

このような症状でお悩みの方の相談を受け、詳しい検査と治療への橋渡しをします。

どのような人のための相談ですか？

こころのリスク相談は 15歳(高校生)から30歳までの方々が対象です。

以下のようなことでお悩みで、専門科での診療を受けていない方の相談を受け付けます。

- 自分の考えでない考えが浮かんでくる。どうでもよいことが頭に出てきて、疲れる。
- 人の話を聞くと遠回しに自分のことを言っている気がする。車の音が自分を笑っているように感じる。
- 人の視線を感じて落ち着きがなくなる。人の集まる場所では見られている感じでつらい。
- 掃除機の音を前より大きく感じる。時計の秒針の音、冷蔵庫の音などに敏感になった。
- いつも不安がつきまとい、イライラして、じっとしていられない。自分が抑えられない。
- まわりに誰もいないのに、人の声が聞こえてくるのがたまにある。
- 考えが頭の中でまとまりにくい。考えていることが頭の中に収まらず、独り言を言ってしまう。
- 感情が乏しく、何か無気力になり、部屋に引きこもるようになってきた。精神科的な病気でないか心配だ。
- シャワーや入浴に2時間以上かかるようになった。自分としてはよく洗うためにはそれくらい必要だと思うが、生活に支障がでてきた。
- 自分自身を失っていて、自分も人も信じられない。自分の居場所がない。死んでしまいたい。

思春期や青年期に現れるこのような体験や症状は、一時的なこともあれば、続くこともあります。また、まれには、心の病気に発展することもあり、**‘こころのリスク’状態**と呼ばれています。このような状態の時に、**早めに相談や治療を受けることにより、これらの症状を軽くさせることができ、心の病気への移行率が減少することが報告されています。**‘こころのリスク’相談では、このような症状でお悩みの方の相談を受け、詳しい検査と治療への橋渡しを致します。

どのようなスタッフが何をしてくれますか？

富山県心の健康センターで、富山大学附属病院神経精神科の守秘義務をもつ専門スタッフ(精神科医、あるいは心理士)が無料で、相談にのります。相談日は月曜日の午後で、心の健康センターで行います。時間をかけてお話を伺いするために、電話で予約をお願いします。電話だけの相談には応じかねます。また、当日は、原則として、ご本人が来所して下さい。未成年の場合は、できるだけお家の方も同伴して下さい。

もし、‘こころリスク’状態ではない場合は、ご希望があれば、心の健康センターで従来から行っている精神保健福祉相談へ紹介することになります。‘こころのリスク’状態の可能性がある場合は、ご希望により、詳しい検査(症状評価、心理検査、認知機能、脳画像などで、一部研究段階のものもあります)を富山大学附属病院神経精神科で行うことができます。そして、その結果を説明した上で、治療に進むこともできます。治療には、カウンセリングや薬物療法があり、それらを相談により選んで行います。また、‘こころのリスク’状態についての理解を深めていただくために、説明を充分に行います。

相談の具体的な手順は？

- ① 心の健康センターへ電話し(電話:076(428)1511)、初回相談日時(月曜日の午後)の予約をして下さい。電話予約の受付(9:00-17:00)は毎日行っています。
- ② 予約日に来所していただき、心の健康センターで、初回の相談を行います(無料)。
- ③ その結果に基づいて、富山大学附属病院で詳しい検査と治療を受けることが可能です(有料ですが、保険適用外の検査は無料の手続きを行います)。

