

Muan Web Contents

2022년 08월 12일 03시 47분



목차

목차	2
기분장애	3
우울증	3
우울증이란 무엇일까?	3
우울증 원인	3
우울증 증상	3
우울증 치료	3
'우울증' 영화로 이해하기	4
[비버]	4
조울증	4
조울증이란 무엇일까?	4
조울증 원인	4
조울증 증상	4
조울증 치료	4
'조울증' 영화로 이해하기	5
[미스터존슨]	5

우울증



우울증이란 무엇일까?

의욕 저하와 우울감을 주요 증상으로 하여 인지 및 정신 신체적 증상을 일으켜 일상기능의 저하를 가져오는 병으로 평생 유병율이 15%이며, 특히 여자의 경우 25% 정도에 이릅니다.

우울증 원인

- 1. 뇌 기능의 변화:** 신경전달 물질이라 불리는 뇌 안의 물질이 감정 등의 뇌 기능과 연결되어 있는데 이러한 신경전달 물질의 불균형에 의해 우울증이 생긴다고 볼 수 있습니다.
- 2. 유전적 요인:** 우울증을 가진 가족 내에서 우울증이 더 잘 발생할 수 있다는 연구결과가 있습니다.
- 3. 스트레스:** 죽음, 이별, 실패, 실직, 건강문제 등의 스스로가 감당하기 힘든 상황들로 인해 발생할 수 있습니다.
- 4. 약물 및 알코올:** 술이나 약물을 먹게 되고 이 때문에 다시 우울하게 되는 악순환을 초래할 수 있습니다.

우울증 증상

- 집중력 및 기억력이 감소합니다.
- 수면장애를 호소하며 잠을 충분히 못 이룹니다.
- 식욕감소 및 폭식으로 인한 체중변화를 보입니다.
- 부정적인 생각이나 자신이 쓸모없다는 생각을 합니다.
- 불안, 초조, 긴장, 안절부절의 모습을 보입니다.
- 우울한 기분, 반쪽적인 슬픈 생각, 걱정과 자책감을 가집니다.

우울증 치료

약물치료

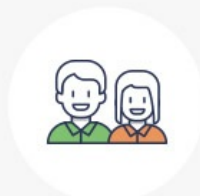
항우울제의 효능은 2~6주의 시간이 걸립니다. 그렇기 때문에 중간에 약을 끊어서는 절대로 안되며, 뇌의 기능을 정상적으로 유지하려면 적어도 6~12개월 꾸준히 약물복용이 이루어져야합니다.



정신치료



인지행동치료



가족교육



환자의 노력

'우울증' 영화로 이해하기



[비버]

‘비버’ 라는 인형을 통해 우울증을 극복하려는 한 아버지의 눈물겨운 분투기를 다룬 작품입니다.

성공적인 사업가, 월터는 현재 극심한 우울증상을 겪고 있습니다.

이로 인해 가족과도 소원해지게 됩니다.

월터는 자신의 우울증을 이기지 못하고 끊임없는 자살시도를 하던 끝에, 손가락인형인 비버를 발견, 비버인형과 함께 우울증 극복해 나가는 영화입니다.

조울증



조울증이란 무엇일까?

기분이 들뜨는 조증과 기분이 가라앉는 우울증이 1회 또는 반복적으로 나타나는 증상입니다. 조증은 의기양양, 기고만장 등의 행복감에 차 있는 상태를 말하며, 우울증은 우울하거나 의욕이 없는 상태를 말합니다.

조울증 원인

1. **뇌 기능의 변화:** 신경전달 물질이라 불리는 뇌 안의 물질이 감정 등의 뇌 기능과 연결되어 있는데 이러한 신경전달 물질의 불균형에 의해 우울증이 생긴다고 볼 수 있습니다.
2. **유전적 요인:** 우울증을 가진 가족 내에서 우울증이 더 잘 발생할 수 있다는 연구결과가 있습니다.
3. **심리사회적요인:** 심리적 또는 사회적 스트레스로 인해 발병하기도 합니다.

조울증 증상

1. 조증 증상

- 쉽게 흥분하고 들뜨는 기분을 가집니다.
- 상황에 부적절하고, 민감하게 반응합니다.
- 심한 불면 상태를 보입니다.

2. 우울증 증상

- 집중력 및 기억력이 감소합니다.
- 수면장애를 호소하며 잠을 충분히 못 이룹니다.
- 식욕감소 및 폭식으로 인한 체중변화를 보입니다.
- 부정적인 생각이나 자신이 쓸모없다는 생각을 합니다.

조울증 치료



급성조증 치료

입원치료가 필요한 경우가 많습니다. 흥분상태, 불면증, 치료거부의 경우 입원치료를 고려하여야 합니다.

급성우울

자살위험이 높거나 불면증이 심하거나 식사를 못하는 경우 입원치료를 고려해야 합니다.

유지치료

조울증은 재발이 아주 흔한 병이므로 꾸준한 약물복용과 정신치료가 병행되어 치료가 이루어져야 합니다.

'조울증' 영화로 이해하기



[미스터존슨]

1993년에 만들어진 리처드 기어 주연의 영화입니다.

사랑하는 여인이 떠난 후 조울증을 앓게 된 한 남자와 그를 치료하고자 했던 여의사의 사랑이야기입니다.

영화에서는 조울증 환자의 전형적인 모습을 보여주며, 행복한 삶을 살려고 노력하는 모습이 소개됩니다.

MUAN

Web Contents

 무안군