

季節性うつ病 (SAD) の特徴



季節性うつ病 (Seasonal Affective Disorder) は、季節の変わり目、特に秋から冬にかけて発症するうつ病の一種です。

季節性うつ病 (SAD) の特徴

季節性うつ病 (SAD) は、年間を通してうつ病を発症する一般的なうつ病と異なり、SAD は約 1% から 2% の割合で発症し、そのうち約 10% から 20% が軽度のうつ病を発症します。

SAD の原因

季節性うつ病の原因

- 日照不足
- 体内時計の乱れ
- 遺伝的要因
- 脳内物質のバランスの乱れ
- 環境要因

季節性うつ病の診断

季節性うつ病の診断は、SAD の特徴的な症状と発症パターンに基づいて行われます。

- 季節性
- 持続性
- 診断基準を満たす
- 診断

