

اختلال افسردگی یکی از شایع ترین تشخیص های روانپزشکی است که مشخصه آن خلق افسرده ، احساس غمگینی ، اعتماد به نفس پایین وبی علائگی به هر نوع فعالیت می باشد. افسردگی اساسی منجر به از کار افتادگی قابل توجه فرد در زندگی فردی واجتماعی می شود و عملکرد روزمره فرد همچون خوردن ، خوابیدن، تمرکز وسلامتی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد.

علت:

- ❖ ژنتیک
- ❖ اختلال در تنظیم مواد شیمیایی داخل مغز(سرتونین ،دوپامین ،نوراپی نفرین)
- ❖ بیماری ها (ابتلا به بیماری های مزمن مثل بیماری قلبی باعث می شود که فرد در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به افسردگی قرار بگیرد).
- ❖ استرس (وقایع پر استرس مثل ازدست دادن شغل یا تهدید به ازدست دادن یک فرد محبوب می تواند محرک افسردگی شود).

- ❖ بیماری های روانپزشکی (اضطراب ،سوء مصرف مواد).
- ❖ شکست در زندگی (شکست در کار ،ازدواج ، مرگ یا فقدان عزیز و)



علائم:

- احساس بی ارزشی احساس گناه به خاطر چیزهای کم اهمیت ،احساس ناامیدی و افکار آسیب به خود

- دشواری در تمرکز ، اختلال حافظه ، حواس پرتی
- غمگینی ، گریه بی دلیل ، از دست داده علاقه ، کاهش انرژی، بیقراری ، زود رنجی ومشکلات خواب
- بی توجهی به ظاهر شخصی ، مکث های طولانی در کلام ، صدای آهسته ویکنواخت.
- کاهش یا افزایش وزن
- سردرد ، بیبوست
- در موارد شدید ، افکار خودکشی

افسردگی در سنن مختلف ممکن است خصوصیات مختلف داشته باشد:

در دوران پیش از بلوغ شکایات جسمی و اضطراب دیده می شود . درنوجوانی رفتارهای ضد اجتماعی ، مسائل مربوط به مدرسه (فرار از مدرسه ، مشکلات تحصیلی) و عدم رعایت بهداشت و درسالمندی فراموشی ، حواس پرتی بیشتر مشاهده می شود.



اختلال افسردگی چیست؟

بیمارستان روانپزشکی دل آرام

سوپروایزر آموزش سلامت

تلفن بیمارستان : ۰۲۱-۵۵۱۸۰۸۹۰

درمان

بستری در بیمارستان (در صورتی که بیمار قصد آسیب به خود داشته باشد یا کاهش چشمگیر توانایی مراقبت از خود)

درمان دارویی (فلوکستین ، سیتالوپرام ، سرتالین ، ایمی پرامین ، آمی تریپتالین).

لازم به ذکر است که داروهای ضد افسردگی ۲ تا ۴ هفته پس از مصرف اثر می کند و در هفته های اول درمان ، ممکن است تغییر عمده ای در وضعیت روحیه بیمار ایجاد نشود و نیز ممکن است عوارض جانبی داروها را تجربه کند که اغلب مختصر و موقت و با ادامه درمان رفع می شود.

شوک درمانی : در این روش ، جریان الکتریکی به سر شخص وارد می شود. شوک درمانی ، روشی کم خطر و بدون درد می باشد.

درمان شناختی رفتاری : در این روش عقاید و افکار منفی بیمار نسبت به خود اصلاح می شود. موجب می شود که فرد نسبت به خود ، اطرافیان و جان اطراف ، نگرش مثبتی پیدا کند.

منبع :

فدایی فرید، روانپزشکی برای همه، انتشارات بزرگمهری، چاپ اول، ۱۳۸۰