

Depresija

KAZALO:

| | |
|---|----------|
| Uvod in povzetek ----- | 1 |
| Opis bolezni ----- | 2 |
| Opis življenja osebe z depresijo ----- | 3 |
| Viri ----- | 4 |

UVOD

Predstavila vam bom duševno bolezen depresijo, kako se je začela, kaj sploh depresija je, ter kako poteka zdravljenje.

Predstavila vam bom mojo babico Zofko Krajnc, ki se spoprijema z depresijo in kako ta bolezen vpliva na njo.

POVZETEK

Depresija je duševna bolezen, ki zajema celotnega človeka. Vpliva na naše počutje, razpoloženje, mišljenje in vedenje. Ljudje večinoma podležejo depresiji, ko so pod stresom; ob izgubi drage osebe, izgubi zaposlitve, denarnimi težavami... na nastanek depresije lahko vplivajo tudi prirojene lastnosti, saj se lahko nagnjenost k depresiji deduje.

Depresije lahko zdravimo, lajšamo, saj poznamo veliko zdravil, ki delujejo na različne biokemične snovi in s tem na tiste biološke procese v možganih, ki so udeleženi pri čustvenem življenju.

Za začetek bolezni je veliko vzrokov. Depresije se lahko začnejo če živimo zelo stresno življenje. Imamo težave na čustvenem področju, glede denarja, zaposlitve ipd.

Med znake depresivne bolezni spadajo tudi telesne spremembe, npr.: izguba energije, teka, nespečnost, včasih tudi prebavne motnje, zaprtje in glavoboli. Intenzivnost znakov se pogosto spremlja z dnevnim časom. Pri bolnikih z endogeno depresijo se praviloma zbudi zgodaj zjutraj zelo žalosten in se čez dan razvedri. Reaktivne depresije pa so ponavadi najhujše zvečer.

Poznamo dve vrsti depresije. Reaktivno in endogeno depresijo.

Reaktivna depresija nastane zaradi hude reakcije na določen čustveni udarec (smrt ljubljene osebe, konec ljubezenskega razmerja, izguba denarja). Nevrotični ljudje (posebej občutljivi za duševni ali čustveni stres; včasih lahko postanejo depresivni, jih je strah letenja, tujcev. Njihova bolezen pa ne postane tako huda, da bi izgubili stik z resničnostjo.) včasih pretirano močno reagirajo na takšne nezgode, temu pa lahko sledi duševni zlom.

Endogena depresija (beseda pomeni »ki raste od znotraj«) ponavadi nastane brez očitnega vzroka, včasih pa sledi kakšni virusni infekciji npr.: infekcijska mononukleoz. Nastane lahko tudi zaradi hormonskih sprememb po porodu ali pa je povezana s shizofrenijo (dvojna osebnost).

Najpogostejša obdobja v življenju za večjo dovzetnost depresije so :

- **Mladostništvo – težke obremenitve v šoli, službi; prehod v odraslo dobo.**
- **Srednja leta - mena pri ženskah, pri moških spoznanje da ne more napredovati v karieri; občutek da je oseba izgubila ženskost, oz. moškost.**
- **Čas po upokojitvi.**

Vsako hudo depresijo, posebno endogeno, najbrž spremljajo kemične spremembe, ki vplivajo na način delovanja možganov.

Pri Z.K. se je depresija začela pri 50 letih, zaradi stresa v službi. En čas še je mislila, da bo to minilo. Ko je začela ugotavljati, da to ni normalno se dlje časa tako slabo počuti (brez volje, ničvredno) se je odločila, da bo obiskala psihiatra. Psihiater ji je pomagal, jo spodbujal, ji vlival samozavest, ter ji tudi predpisal antidepresive. Ko se je po kakšnem letu dobro počutila, je prenehala obiskovati zdravnika in jemati antidepresive. Ampak so se ji takšna počutja začela ponavljati čez kakšnega pol leta. Takrat je znova začela obiskovati psihiatra in jemati tablete.

Letos januarja, ko ji je umrl mož se ji je ta bolezen znova pojavila. Zdaj redno jemlje antidepresive in obiskuje psihiatra.

MOJE MNENJE

Jaz mislim, da ljudem z depresijo življenje ni lahko. Vedno živijo v strahu npr.: pred ljudmi, večinoma vedno so brez volje... Mislim, da bi zmanjšali število duševnih bolezni, sploh depresije, če bi začeli bolj umirjeno in manj stresno živeti.

Srednja zdravstvena šola Juge Polak Maribor

VIRI

Zdravstveni vodnik za družino, Državna založba Slovenije, Ljubljana 1986