

Depresja to głęboki ból życia w poszukiwaniu ratunku. Forum Przeciw Depresji nadzieją na skuteczną walkę z chorobą.

Choruje i dusza i ciało

Depresja jest przewlekłą, poważną chorobą wymagającą długotrwałego leczenia. Tak samo, jak choroby układu krążenia, w tętno, nerek. U każdego pacjenta może przebiegać nieco inaczej, zwykle jednak jest opisywana jako uczucie smutku, smutność, przygnębienie, utrata zainteresowania czymkolwiek połączona z niemożnością odczuwania jakiegokolwiek przyjemności i radości. Objawia się obniżeniem nastroju, sprawności intelektualnej oraz różnymi dolegliwościami somatycznymi. Wśród chorych ma poczucie bezradności, beznadziei i braku własnej wartości. Często obserwuje się zmniejszony apetyt lub nadmierne objadanie się, spowolnienie, zanik libido, apatię, przewlekłe zmęczenie, bóle różnej lokalizacji, problemy trawienne. Chory ma trudności z podejmowaniem najprostszycy decyzji. Często depresji towarzyszy lęk przejawiający się jako uczucie zagrożenia, stępienie, kołatanie serca.

Jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych na świecie

Z danych WHO wynika, że już dziś depresja stanowi czwarty najpoważniejszy problem zdrowotny na świecie. Szacuje się, że w roku 2020 choroba znajdzie się na drugim miejscu w rankingu podstawowych problemów zdrowotnych naszych czasów. Na świecie na depresję cierpi 10 procent populacji dorosłych. Częściej na depresję zapadają kobiety – choruje jedna na pięć, podczas gdy wśród mężczyzn proporcja ta wynosi 1:10. * Szacunkowa liczba osób dorosłych dotkniętych zaburzeniami depresyjnymi w Polsce wynosi 1,2 – 1,5 miliona osób.** Mimo to depresja stanowi powszechny problem, lekarze w wielu krajach szacują, że około 50-60 procent cierpiących na nią osób nie korzysta z pomocy medycznej. Powodem takiego stanu rzeczy jest niedostateczna wiedza społeczeństwa na temat objawów depresji i konieczności jej leczenia, a także obawa lub wstyd przed podjęciem terapii. Liczba osób chorych na depresję na świecie rośnie. Wiąże się to między innymi z wydłużeniem średniego okresu życia populacji i większym rozpowszechnieniem środowiskowych czynników ryzyka (przemiany ustrojowe, migracje ludności, brak poczucia bezpieczeństwa, osamotnienie).

Choruje nie tylko pacjent, ale i jego najbliższe otoczenie

Depresja nie wybiera. Chorują na nią przedstawiciele wszystkich ras i wszystkich krajów bez względu na status społeczny i zawodowy. Depresja w znacznym stopniu ogranicza wydolność jednostki w życiu codziennym. Prowadzi do kryzysów materialnych, zaburza kontakty z innymi osobami, co powoduje, że zmniejsza się wydajność zawodowa, a z nią pojawia się absencja w pracy, z czasem bezrobocie. Chorzy na depresję częściej korzystają z zasiłków chorobowych, rent. Zaburzenia funkcjonowania chorego stają się silnym źródłem stresu dla rodziny i bliskich.



Odpowiednia terapia

Pacjent chory na depresję sam sobie z nią nie poradzi. Potrzebuje indywidualnie dobranej i systematycznie stosowanej terapii farmakologicznej. Potrzebuje też wsparcia bliskich. Aby pomóc osobie chorej trzeba pamiętać, by nie traktować depresji jako lenistwa, słabego charakteru czy jej woli. Nie udzielać rad w stylu: weź się w garść, otrzyj się, nie histeryzuj, bo jego choroba to nie stan emocjonalny. Nie minie, trzeba go leczyć. Należy, więc zrobić wszystko, by nakłonić chorego do pójścia do lekarza. A potem przypominać mu o regularnych wizytach w poradni, systematycznym przyjmowaniu leków - zbyt wczesne przerwanie leczenia grozi nawrotem objawów depresji. Depresję można wyleczyć - obecnie medycyna dysponuje skutecznymi lekami, niezdolna jest jednak systematycznie w ich przyjmowaniu.

Mechanizmy depresji i jej przyczyny

Naukowcy od wielu lat próbują poznać mechanizm powstawania depresji. Nie jest to łatwe, bo ma ona wiele przyczyn, które w zależności od indywidualnych predyspozycji chorego mogą występować w różnych konfiguracjach. Można jednak pokusić się o pewne uogólnienia. Przyczyna depresji najczęściej leży w zaburzeniach podstawowych procesów biochemicznych, psychicznych i społecznych w rozwoju człowieka. Przyczyny biochemiczne to najczęściej zaburzenia prawidłowego działania tzw. neuroprzekazników, czyli substancji chemicznych odpowiedzialnych za prawidłowe funkcjonowanie mózgu. Do najczęściej występujących przyczyn społecznych zaliczamy samotność, izolację, przewlekłe choroby, bezrobocie lub kłopoty finansowe, śmierć ukochanej osoby, rozwód lub zerwanie związku, kłopoty w małżeństwie, przemoc, ale także operacje czy poród. Przyczyny psychologiczne to przede wszystkim utrata poczucia własnej wartości związana z kompleksami lub negatywne postrzeganie świata i relacji międzyludzkich. Do depresji może prowadzić także poczucie winy, strach przed porażką, czy też odrzuceniem. Trzeba jednak pamiętać, że zdarzają się zupełnie nietypowe postaci depresji, których nie powoduje żadna z wymienionych przyczyn i które nie mają żadnych typowych objawów.

Koszty leczenia depresji

Szacunkowe dane wskazują, że co piąty Polak zgłasza się do lekarza pierwszego kontaktu cierpiąc na depresję.*** Agoodna postać depresji często bywa niezauważana bądź lekceważona zarówno przez samych pacjentów, jak i przez lekarzy. Dopiero przy kolejnym jej nawrocie chory udaje się prosić o pomoc, co znacznie wydłuża terapię i podnosi koszty leczenia. Spadek aktywności zawodowej chorych oraz wydatki związane z leczeniem depresji wynoszą w Unii Europejskiej około 105 miliardów euro, a w samej Polsce kształtują się na poziomie 17 milionów PLN. W 2002 roku Katedra i Klinika Psychiatrii Akademii Medycznej we Wrocławiu przy wsparciu firmy Servier Polska przeprowadziła badania farmakoekonomiczne dotyczące prospektywnej oceny przebiegu depresji i jej nawrotów. Badacze ocenili następstwa kliniczne, społeczne i ekonomiczne porównując koszty związane z pierwszym, drugim i kolejnym epizodem (nawrotem) depresji. Okazało się, że średnie koszty leczenia (medyczne koszty bezpośrednie, tj. hospitalizacje, konsultacje lekarskie, leczenie nefarmakologiczne i farmakologiczne, badania laboratoryjne, diagnostyka) jednego pacjenta z pierwszym epizodem depresji w trakcie 6 miesięcy wyniosły 1855 PLN i były ponad dwa razy niższe od kosztów leczenia pacjenta z trzecim i kolejnym epizodem - 3849 PLN.****



