

الادوية والمعالجه المفيدة

إكتئاب بسيط يمكن معالجته بادوية حديثة، ولكن الجمع بين الدواء والمعالجة يعتبر الاكبر فعالية.

في أغلب الحالات تستغرق المعالجة الدوائية من 2-12 اسبوعا قبل البدء بالعمل. إذا حدثت تأثيرات جانبية، قد يساعد تغيير الدواء على ذلك.

مضادات الإكتئاب الحديثة لا تسبب الإدمان ونادرا ما تؤدي الى تأثيرات جانبية.

غالبا يتطلب علاج المسنين الذين يعانون من الإكتئاب علاجاً طويلاً، ربما مدى الحياة، في حين يتطلب الشباب عادة علاجاً يدوم على الأقل 6-12 شهراً. في حالة إكتئاب متكرر، ينبغي تمديد العلاج إلى عدة سنوات.

أفضل علاج للإكتئاب الشتوي هو الضوء، على سبيل المثال أمام مصباح خاص يشع ضوء قوي يشابه ضوء النهار. أيضا الرياضة قد يكون تأثيرها إيجابى على الإكتئاب بشكل رفاهية موايدة ومزاج أفضل.

الاكتئاب والخرف شيء صعب لأن العوارض بالبؤس والحزن. يمكن أن يكون التمييز بين متشابهاً، كمثل فقدان الشخص للمبادرة، أو أنه كثير النسيان أو أن لديه صعوبة في التركيز.

العلامات النموذجية للإكتئاب

حوالى 10% من جميع الناس يعانون من الإكتئاب خلال حياتهم، ولكن كثير من حالات الإكتئاب لا يتم اكتشافها ولا علاجها.

عوارض الإكتئاب مختلفة من شخص إلى آخر. بالإضافة إلى الشعور بالحزن والبؤس، يمكن أن يعاني الشخص نفسه كثيراً أو أن يكون نومه سيئ، قلة الشهية وأن لا يكون لديه رغبة في التواصل الإجتماعي.

شيء عادي أن تكون الحالة أسوأ في الصباح، وأن يتحسن المزاج عبر المساء.

أشكال أخرى من الاكتئاب

مع ذلك فيمكن للإكتئاب أن يظهر بعدة طرق. عوارض غير نموذجية مثل الإضطراب، القلق، سرعة الغضب والعصبية تسمى أيضاً إكتئاب هائج .

إكتئاب الشتوية واسع الإنتشار في الدنمارك في أشهر السنة المظلمة.

العوارض للإكتئاب الشتوي هي الإحساس بالتعب، الحاجة الزائدة للنوم والرغبة بالطعام الغني بالكربوهيدرات - مثل الحلويات والكيك.

استهلاك كحول مرتفع قد يكون إشارة لحالة إكتئاب غير معالجة. بعض الأشخاص يكرهون زيارة الطبيب إذا كان لديهم إحساس بالبؤس، ولكن يقومون بتهدئة الإحساس بواسطة الكحول أو أدوية مسكنة. كبر الكحول مصرة للدماغ ويزداد خطر تطور حالات إكتئاب أو خرف.

تشخيص الإكتئاب شيء صعب

حالة الإكتئاب يمكن أن تكون من أول العلامات على تطور مرض الخرف عند الإنسان.

تداخل عوارض الحالتين يؤدي إلى صعوبة في تشخيص مرض الخرف عند شخص مصاب بحالة الإكتئاب. في أغلب الحالات يكون من الضروري علاج حالة الإكتئاب، قبل البحث في وجود إشارات على بداية مرض الخرف. في حالة إكتئاب دون خرف، تختفي بعض العوارض مثل الصعوبة في التركيز والنسيان، بعد معالجة الإكتئاب.

الإكتئاب يحدث بشكل متكرر فيما يتصل بالخرف. تقريبا نصف الأشخاص الذين يعانون من مرض الإلزهايمر تظهر عندهم عوارض الإكتئاب في وقت من الأوقات. التفكير بالإنتحار قليلا ما يحصل عند المصابين بالخرف الذين يعانون من حالة إكتئاب.

Lokale kontaktoplysninger:



DEN EUROPÆISKE LIGION
Europæiske Fond for Regionaludvikling



Interreg IZA
Growth - Innovation - Prosperity



SKANE



Migrationskole
for demensplejen i Øresundsregionen