2017-04-02 06:49:15

Światowy Dzień Zdrowia 2017 - Depresja. Porozmawiajmy o niej

Światowy Dzień Zdrowia obchodzony co roku 7 kwietnia w rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia, daje nam unikalną możliwość mobilizacji działań poświęconych konkretnym zagadnieniom i problemom zdrowotnym, ważnym dla ludzi na całym świecie. Tematem przewodnim tegorocznych dni jest depresja, a celem działań jest doprowadzenie do tego, aby we wszystkich krajach więcej osób cierpiących na depresję szukało pomocy i ją otrzymało.

Czym jest depresja? Depresja to choroba charakteryzująca się uporczywie utrzymującym się uczuciem smutku, utratą zainteresowania czynnościami, które na ogół sprawiają chorej osobie przyjemność. Często towarzyszy jej niezdolność do wykonywania codziennych czynności i stan ten utrzymuje się co najmniej przez okres dwóch tygodni. Ponadto u osób cierpiących na depresję występują następujące objawy: brak energii, zmiana apetytu, dłuższy lub krótszy sen, stany lękowe, trudności z koncentracją, niezdecydowanie, niepokój, poczucie bycia bezwartościowym, poczucie winy i beznadziei, myśli o samookaleczeniu lub samobójcze.

Jest przyczyną cierpień psychicznych i negatywnie wpływa na zdolność cierpiących na depresję osób do wykonywania nawet najprostszych codziennych czynności, a niekiedy prowadzi do zniszczenia relacji z rodziną i przyjaciółmi i niezdolności do pracy zarobkowej. Depresja ma duży wpływ na choroby układu krążenia. W najgorszym przypadku depresja może być przyczyną samobójstwa i jest drugą najczęściej występującą przyczyną zgonów w grupie osób w wieku 15-29 lat.

Kto może zachorować?

Każdy może zachorować na depresję, dotyka ludzi w różnym wieku, bez względu na płeć czy status społeczny z różnych środowisk i mieszkających we wszystkich krajach światowa Organizacja Zdrowia postanowiła zwrócić szczególną uwagę na trzy grupy, których depresja dotyka nieproporcjonalnie częściej: młodzież nastoletnią i młodych dorosłych, kobiety w wieku rozrodczym (zwłaszcza po urodzeniu dziecka) i osoby starsze (po 60 roku życia).

Przyczyny depresji.

Przyczyny depresji są różne. Czasem chorobę wywołuje przeżycie bardzo przykrego zdarzenia –

najczęściej jest to odejście kogoś bliskiego, kochanego, rozpad związku. Depresja może się też pojawić na skutek zaburzeń hormonalnych, leków, a także w przebiegu choroby fizycznej i problemów spowodowanych nadużywaniem alkoholu i przyjmowaniem narkotyków. Ryzyko depresji wzrasta w sytuacji ubóstwa, bezrobocia.

Bardzo ważne. Depresja jest uleczalna.

W wyjściu z depresji nie pomoże lek z reklamy tylko lek przepisany przez specjalistę. Dlatego jedynym ratunkiem jest wizyta u lekarza, najlepiej psychiatry, który zaproponuje odpowiednie postępowanie.

Więcej informacji o depresji na stronach:

www.who.un.org.pl.

http://twarzedepresji.pl/o-depresji/.

http://www.psychiatria.pl/artykul/depresja-czym-jest-ta-choroba/544.html

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Staszowie

Źródło: *http://gminaolesnica.pl/?p=3011*