

تشخیص دادن مشکل است

یک افسردگی می تواند اولین علامت رشد زوال عقل باشد. تشخیص دادن علائم زوال عقل در مورد یک شخص افسرده می تواند خیلی مشکل باشد، به این دلیل که نشانه ها تا حدودی مشترک می باشند. پیش از اینکه مطالعه ای در رابطه با شروع یک بیماری زوال عقل صورت پذیرد، درمان افسردگی می تواند ضرورت داشته باشد. اگر فقط بیماری محدود به افسردگی باشد، در این صورت، با درمان افسردگی، علائمی از قبیل مشکلات تمرکز حواس و فراموشی از میان خواهد رفت. در رابطه با زوال عقل، غالباً افسردگی رخ می دهد. نزدیک به نیمی از اشخاصی که مبتلا به بیماری الزایمر می شوند علائم افسردگی را در یک زمان نشان می دهند. افکار خودکشی به ندرت در مورد بیماران مبتلا به زوال عقل پیش می آید.

دارو و درمان (تراپی) کمک می کند

افسردگی خفیف می تواند تنها با گفتگو - درمانی معالجه شود، اما ترکیبی از دارو و درمان (تراپی) می تواند موثرترین درمان باشد. اغلب باید دو هفته تا دوازده هفته بگذرد تا تاثیر دارو - درمانی شروع شود. در صورتی که عوارض جانبی به دنبال داشته باشد عوض کردن دارو می تواند به بیمار کمک کند. داروهای جدید ضد افسردگی وابستگی ایجاد نمی کنند و به ندرت تاثیرات جانبی خطرناک به دنبال دارند.

سالمدانی که افسردگی دارند اغلب مدت طولانی تری باید درمان شوند، احتمالاً تمام عمر، در حالیکه، جوانترها معمولاً ۶-۱۲ ماه باید تحت درمان باشند. در مواردی که افسردگی ها تکرار شوند، در این صورت، شایسته است که درمان چندین سال به طول انجامد.

نور - درمانی، بهترین درمان برای افسردگی زمستانی است. برای مثال در برابر یک لامپ مخصوص که نور زیاد آن یاد آور روز روشن می باشد. حرکت کردن تاثیر مثبتی در برابر افسردگی دارد، به این صورت که تندرستی و خوش خویی را افزایش می دهد.

افسردگی حالتی است همراه با احساسات مداوم غم و اندوه. تشخیص افسردگی از زوال عقل می تواند مشکل باشد، زیرا نشانه هایشان با هم شباهت دارند، برای مثال، کمبود توانایی پیش قدمی (ابتکار)، فراموش کردن یا نداشتن تمرکز حواس.

علائم مشخص افسردگی

در حدود 10% از مردم در طول زندگی شان یک بار افسردگی را تجربه می کنند اما یک دسته از افسردگی ها ناپیدا می ماند و درمان نمی شوند.

نشانه های افسردگی از شخص به شخص فرق دارد. گذشته از احساس غم و اندوه، ممکن است شخص خود را سرزنش کند یا دچار مشکلات خواب رفتن و کاهش اشتها شده، و برای معاشرت کردن بی علاقه شود.

خلق و خوی شخص افسرده معمولاً در صبح ها در بدترین حالت است، اما، در بعد از ظهرها و شب ها بهتر است.

انواع دیگر افسردگی

افسردگی به صورت های زیادی دیده می شود. علائم غیر معمول: به شکل نا آرامی، فعالیت زیاد، تحریک پذیری و عصبانیت نیز در یک نمونه افسردگی به نام افسردگی مضطرب دیده می شود.

افسردگی زمستانی در ماه های تاریک (کم آفتاب) دانمارک فراوان دیده می شود. نشانه های آن عبارت است از خستگی، خواب بیش از معمول و احساس نیاز به خوردن غذاهایی با میزان بالای کربوهیدرات ها، برای مثال شیرینی و کیک.

افزایش نوشیدن الکل می تواند نشانه یک افسردگی درمان نشده باشد. بعضی اشخاص وقتی احساس غمگینی می کنند، تمایل ندارند به پزشک مراجعه کنند، اما به جای آن با الکل یا داروهای آرام بخش خود را تسکین می دهند. مصرف زیاد الکل به مغز آسیب وارد می کند و خطر ابتلا به افسردگی و زوال عقل را افزایش می دهد.

Lokale kontaktoplysninger:



DEN EUROPÆISKE LÆNION
Europæiske Fond for Regionaludvikling



Interreg IZA
Growth - Jobs - Innovation



SKANE



Migrationskolen
for demensplejen i Øresundsregionen

Nationalt Videnscenter for Demens

Rigshospitalet - afsnit 6922 • Blegdamsvej 9 • 2100 København Ø
vide@regionh.dk • www.videnscenterfordemens.dk



GLOBAL EXCELLENCE
FOUNDED



NATIONALT
VIDENCENTER
FOR DEMENS