

Всемирный день здоровья

Всемирный день здоровья отмечается ежегодно 7 апреля в честь Дня основания ВОЗ.

В 2017 году Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) решила сделать темой Всемирного дня здоровья помощь людям, страдающим депрессией.

Депрессия или депрессивный синдром — патологическое состояние, проявляющееся психическим расстройством, подавленным настроением и замедлением психических процессов.

Необходимо понимать, что депрессия — это не просто плохое настроение, которое могло возникнуть как реакция на некоторые тяжелые переживания, например, потерю близкого человека, перенесенное горе. Депрессию следует рассматривать как устойчивое болезненное состояние, длящееся даже после устранения причин, которые явились толчком к ее развитию.



Чем страшна депрессия?



Депрессия – психическое расстройство, требующее медикаментозного лечения. При обращении к специалисту больного не ставят на учет в психдиспансер.



Женщины страдают депрессией в **1,68 раз** чаще мужчин.



Депрессией страдают даже дети, самому юному пациенту с таким диагнозом было всего **3 года**.

Основные признаки депрессии («депрессивная триада»):



подавленное настроение (две недели и более), пессимистический взгляд на мир;

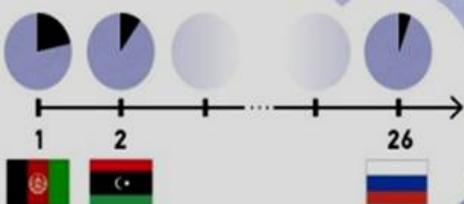


утрата способности чувствовать радость (**ангедония**);



двигательная заторможенность, **упадок сил**, повышенная усталость (в течение месяца).

Обратите внимание: депрессии с обжорством не бывает, эта болезнь характеризуется **снижением аппетита**.



По распространенности заболевания Россия находится на 26 месте (**6,52%**), первое место занимает Афганистан (**22,5%**), второе – Ливия (**9,29%**).



Депрессия приводит к суициду. **От 40% до 60%** всех самоубийств совершают больные депрессией.

Что приводит к депрессии:



Фаст-фуд



Травма головы в детстве



Белое и голубое освещение



Общение в соцсетях



Сверхурочная работа



У 2-3% больных депрессия возникает независимо от внешних обстоятельств (эндогенная депрессия).



У остальных заболевание является реакцией на стресс.

Депрессия приводит:



к ожирению



к раннему старению



к синдрому раздраженного кишечника



к сахарному диабету

стране люди привыкли обращаться скорее к экстрасенсам и гадалкам, чем к специалистам-медикам. Только врач-психиатр может правильно поставить Вам диагноз и решить, страдаете ли Вы депрессией.

Дата публикации: 07.04.2017