

Depresija



Depresija je bolest koju karakteriziraju poremećaji raspoloženja kao što su dugotrajna tuga, nesposobnost uživanja u ranije ugodnim stvarima ili aktivnostima i duševna bol. Ona utječe na obavljanje najjednostavnijih svakodnevnih zadataka, ponekad s



razornim posljedicama za odnose s obitelji i prijateljima i mogućnosti da se zaradi za život. Da bi se postavila dijagnoza depresije odnosno depresivne epizode, ovi simptomi trebaju trajati najmanje 2 tjedna.

Ljudi koji boluju od depresije vrlo često imaju i neke od sljedećih simptoma: manjak energije, promjene apetita, nesanicu ili preveliku potrebu za snom, povećanu tjeskobu ili zabrinutost, smanjenu koncentraciju, neodlučnost, nemir, osjećaj bezvrijednosti, krivnje ili beznađa, misli o samoozljeđivanju ili suicidu.

Rizik od razvoja depresije se povećava sa stresom, traumatskim životnim događajima kao što su smrt voljene osobe ili prekid veze, fizičkim bolestima, problemima uzrokovanim konzumacijom alkohola ili droge, siromaštvo, nezaposlenošću, nepravilnom prehranom i nedovoljnom tjelesnom aktivnošću. Kod nekih osoba postoji i genetska, urođena predispozicija za razvoj depresije.

Stigma i diskriminacija koje prate mentalne bolesti, uključujući depresiju, dovode do kasnijeg prepoznavanja problema i odgađaju traženje pomoći, zbog čega liječenje traje dulje, a može doći i do težih posljedica kao što je samoubojstvo.

Depresija je bolest koja pogađa ljude svih dobnih skupina, svih društvenih slojeva i svih zemalja svijeta, te nije znak slabosti. Ona povećava rizik razvoja drugih nezaraznih bolesti kao što su dijabetes i kardiovaskularne bolesti, a depresija koja se javlja kod žene nakon poroda može utjecati na razvoj novorođenčeta. S druge strane, dijabetes i kardiovaskularne bolesti povećavaju rizik od depresije.

Najučestaliji mentalni poremećaji, a tako i depresija, mogu se prevenirati i izlječiti uz relativno mali trošak.

Ako mislite da bolujete od depresije, potražite pomoć.

Podaci o depresiji u svijetu

Mentalni poremećaji su u porastu u cijelom svijetu.

Novi dokaz iz istraživanja koje je provela Svjetska zdravstvena organizacija pokazuje da depresija i anksiozni poremećaji koštaju globalnu ekonomiju više od milijardu USD svake godine.

Broj ljudi s depresijom i anksioznim poremećajem u svijetu se povećava: 1990. godine je u svijetu bilo 416 milijuna oboljelih, dok je 2013. godine njihov broj porastao na 615 milijuna.

Prema procjenama globalnog opterećenja bolestima Svjetske zdravstvene organizacije, depresija će do 2020. godine postati drugi svjetski zdravstveni problem, a gledajući samo žensku populaciju, zdravstveni problem broj jedan.

Podaci o depresiji u Hrvatskoj

Prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo mentalni poremećaji su drugi najčešći uzrok hospitalizacija u dobi između 20 i 59 godina (12,4 %) odmah iza novotvorina (14,1 %).

Vodeći uzroci hospitalizacija iz skupine mentalnih poremećaja su 2015. godine bili mentalni poremećaji uzrokovani alkoholom, s udjelom od 18,2 %, shizofrenija (15,3 %), depresivni poremećaji (13,5 %), mentalni poremećaji zbog oštećenja i disfunkcije mozga i tjelesne bolesti (7,1 %) te reakcije na teški stres, uključujući posttraumatski stresni poremećaj (6,2 %).

Zbog depresivnih poremećaja je 2015. godine bilo 5388 hospitalizacija, s ukupno 157.464 bolničkih dana, što prosječno iznosi 29 dana po jednoj hospitalizaciji.

Prema podacima o bolestima i kroničnim stanjima prikupljenima putem izjave u Europskoj zdravstvenoj anketi 2014.-2015. godine, 5,1 % muškaraca i 6,2 % žena u Hrvatskoj navodi da je u posljednjih 12 mjeseci imalo depresiju.

Prema odgovorima na skali izraženosti depresivnih simptoma iz istog istraživanja, 10,3 % stanovnika Republike Hrvatske ima blage do umjerene depresivne simptome, dok 1,2 % stanovnika ima umjereno teške do teške depresivne simptome.