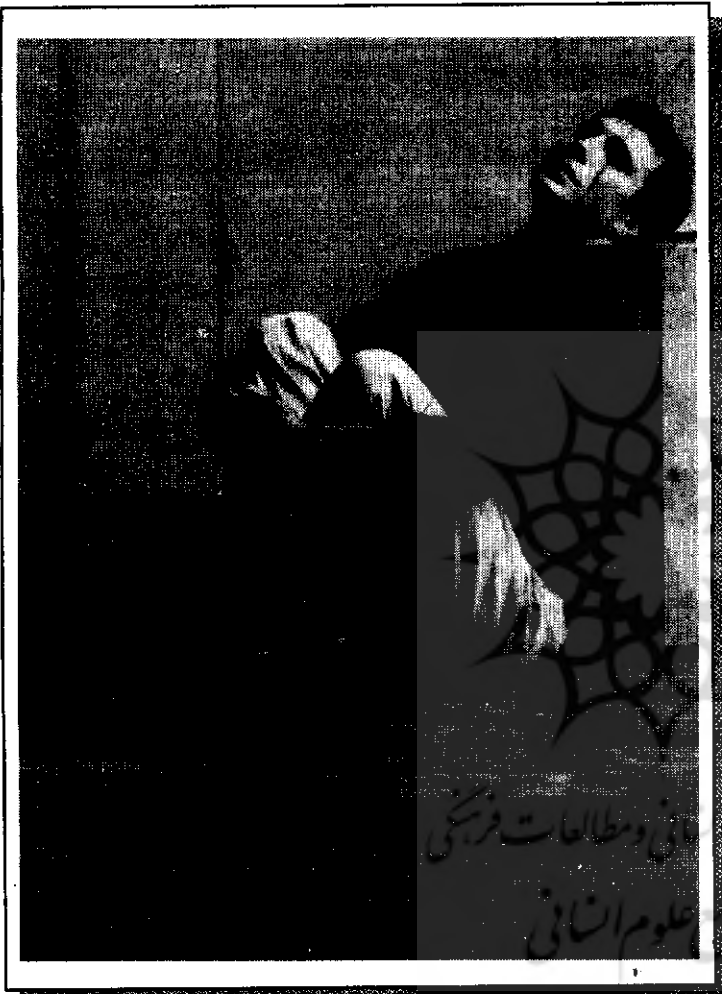


افسردگی انسان عصر صنعتی



سقوط نرخ بهره، فروریختن اعتماد عمومی و رکود فعالیت‌های اقتصادی همواره توجه سیاست‌گذاران اقتصادی را به خود جلب کرده است. این عوامل بیش از آنچه بریک کشور و یا بازارهای اقتصادی اثر بگذارد جسم و روان انسان‌ها را دچار ضایعه می‌کند که ضایعاتی آشکار نیست، به همین جهت کمتر دیده می‌شود آثار ظاهری افسردگی که گریبان‌گیر بالغ بر سیصد و سی میلیون نفر از جمعیت جهان است چون بیماری‌های دیگر با سروصدای انعکاس پیدا کند. نود درصد از این بیماران معمولاً به روش‌های درمانی دسترسی ندارند و آنرا فرو می‌خورند و دم بر نمی‌آورند. تعداد بیماران مبتلا به افسردگی به مراتب بیش از بیماران قلبی و آیدز است. در بسیاری از موارد این بیماری‌ها حتی امکان تشخیص ندارند زمانی که بیماری‌های جسمی، سرطان‌های ناشی از محیط زیست و بیماری مسری عفونی شایع می‌شوند فریادها و تظاهرات خشم‌آلود طرفداران محیط زیست فضای جهان را انباشته می‌کند ولی افسردگی به دلیل آن که یک بیماری خزنده و آرام است انعکاسی در هیچ جا ندارد.

در بسیاری از موارد افسردگی مانند بیماری‌های دیگر عارضه‌ای است که علت آن تاثیر عوامل خارجی برساختار بدن انسان و ایجاد مشکل برای روند عادی سلامت فرد است. در سرطان‌ها، عامل بیماری رشد می‌کند، اطراف خود را مورد تجاوز قرار می‌دهد و به صورتی کنترل نشده موازنه سلامت بدن را معرض تهدید می‌کند. در افسردگی، نوعی احساس تدریجاً انسان را به سوی مراحل خطرناک از فقدان سلامت روان سوق می‌دهد.

لوتیز والبرت یک زیست‌شناس انگلیسی که از افسردگی رنج می‌برد می‌گوید همانطور که یک تومور بدخیم سرطانی رشد می‌کند افسردگی نیز

با وخامت انسان را به مراحل از غمگینی ناخواسته سوق می‌دهد، زیست پزشکی مدرن MODERN MEDICINE اخیراً ریشه‌های مولکولی هم سرطان و هم افسردگی را مورد مطالعه قرار داده است ولی تا این لحظه شناخت ضایعات

ایسین دو پیشرفتی اندک داشته است. در سرطان‌ها تومورهای سرطانی قابل رؤیت هستند، می‌توان آن‌ها را ردیابی کرد و شاید از بافت‌های سالم جدا ساخت، ولی در مورد افسردگی بیماری فقط احساس می‌شود. بدین معنی که بخشی از بدن انسان احساسی ذهنی را ایجاد می‌کند و برقیه اعضای بدن، و به ویژه به اندیشه او تسری می‌دهد؛ و به عنوان یک بیماری مربوط به سیستم عصبی با حساسیتی وحشتناک بر تصورات انسانی، روان انسان را در

اختیار خود می‌گیرد. در بیشترین انواع افسردگی که در جهان شناخته شده، اثر این حساسیت بر تصورات جنبه‌ای منفی توام با انزوایی بیمار دارد و متأسفانه مبتلایان به افسردگی، حالتی را که به آن‌ها دست داده است بیماری تلقی نمی‌کنند.

دلتنگی جهانی

کریستوفر مورای رئیس بخش اپیدمیولوژی سازمان بهداشت جهانی در ژنو می‌گوید: در

سال ۲۰۲۰ افسردگی پس از بیماری‌های قلبی گسترده‌ترین بیماری دامگیر بشر خواهد بود. چنین اظهارنظری از روند نرخ کنونی افسردگی بر روی منحنی‌های جمعیت‌شناسی در جهان آینده به دست آمده است. در سال ۲۰۲۰ جمعیت جهان پیرتر از جمعیت کنونی است که دلیل کافی برای گسترش افسردگی در جهان است. گفته می‌شود واقعیت از این هم مایوس‌کننده‌تر است و روند رشد این بیماری به دلیل مبتلا شدن تعداد بیشتری از جوانان به آن سرعت بیشتری خواهد داشت. به عقیده روانشناسان، افسردگی، بیماری ناشی از مدرنیسم و فشارهای جانبی آن است و جوانان، به ویژه در آمریکا که سرعت نوآوری بیش از سایر نقاط جهان است در سنین پایین‌تر در دام این بیماری گرفتار می‌آیند. در روشهای تشخیص و درمان افسردگی، امروزه از بیمار مبتلا به آزمایش خون، ادرار و

اسکن به عمل نمی‌آید و پزشکان در شناسایی بیماری به علائم آن بسنده می‌کنند. در آمریکا فهرستی از علائم بیماری به وسیله انجمن تشخیص و آمار آمریکا منتشر می‌شود که مورد استفاده پزشکان قرار می‌گیرد، این فهرست ۳۹ نوع افسردگی با ویژگی‌های خاص در سه درجه متفاوت توضیح داده شده است. مهمترین نوع افسردگی نوعی است که بیمار طی دو هفته متمادی دچار روحیه‌ای تضعیف شده، بی‌بازی از تفریح و لذت بردن از زندگی، کم کردن وزن، اختلال در خواب، احساس خستگی، از دست دادن قدرت تمرکز، احساس گناه و عدم اعتماد به خود و اندیشیدن به خودکشی می‌شود. اپیدمیولوژیست‌ها با مراجعه به این فهرست دریافته‌اند که نرخ افسردگی‌های عمده در جهان بین ۴ تا ۱۰ درصد جمعیت است که احتمال افزایش آن به ۱۰ الی ۲۰ درصد وجود دارد. سازمان بهداشت جهانی در نظر دارد

طرحی را که یکصد هزار نفر از ۱۵ کشور جهان در آن شرکت داده شده‌اند برای دست‌یابی به حقایق در زمینه گسترش بیماری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به موقع اجرا گذارد. پزشکان معمولاً از روشهای آماری استفاده نمی‌کنند و اطلاعات خود را از بیمارانشان به دست می‌آورند. اشکال به دست آوردن اطلاعات از بیماران روانی در این است که بیماران آگاهی چندانی از بیماری خود برای اظهار به پزشک ندارند. این بیماران حتی ناراحتی خود را از بیم آن که برچسب بیمار روانی به آن‌ها زده شود به اطرافیان و نزدیکان خود نیز بروز نمی‌دهند. آن‌ها تنها به گفتن چند جمله از این که از چیزی یا نوعی ناراحتی رنج می‌برند اکتفا می‌کنند. از این گذشته، نحوه عنوان کردن علائم بیماری در ملت‌ها و فرهنگ‌های مختلف متفاوت است. در سال ۱۹۸۰ آرتور کلینمن، پروفیسور روان‌شناسی و مردم‌شناسی



شرکت ایران بهداشت

عرضه کننده کاملترین مجموعه تجهیزات و وسایل درمان بیماریهای قلب و عروق

با به کار بستن توصیه‌های ساده زیر زمینه ابتلا به بیماریهای قلبی را کاهش دهید و سلامتی خود را تضمین کنید:

- عدم استعمال دخانیات
- افزایش فعالیت‌های بدنی و ورزش
- کاهش فشارهای عصبی
- تغذیه مناسب
- کاهش استفاده از چربی‌های حیوانی
- افزایش مصرف سبزیجات و مواد گیاهی
- کنترل فشار خون

زندگی سالم،
قلب سالم

دانشگاه هاروارد از یک بیمارستان در هونان چین بازدید کرد، او فهرست بیماری‌های افسردگی را همراه داشت، کلینمن مشاهده کرد که ۸۷ درصد از بیماران در علائمی نظیر، گیجی، خستگی و سردرد مشترک هستند که این علائم در آمریکا به نوعی افسردگی تعبیر می‌شود. پزشکان این بیمارستان برخلاف پزشکان آمریکایی برای درمان این بیماران از داروهای ضد افسردگی استفاده نمی‌کردند، بلکه به آن‌ها داروهای گیاهی که در رفع اضطراب موثر بودند می‌دادند و نتایج مثبت به دست می‌آوردند. به طور کلی بیماری افسردگی در کشورهای کمتر صنعتی از نرخ پایین‌تری برخوردار است؛ مثلاً نرخ این بیماری در آمریکا دویست برابر چین است. دکتر کلینمن می‌گوید: گرچه ایده کلی بیماری افسردگی در چین پذیرفته شده است ولی وقتی از بسیاری از چینی‌ها سؤال می‌کنید آیا دچار افسردگی هستند سؤال شما را درک نمی‌کنند و حتی با کلمه افسردگی آشنایی ندارند.

کارشناسان تردید ندارند که در بسیاری از کشورها و از جمله چین حجم بزرگی از بازده انسانی بر اثر افسردگی به هدر می‌رود که مهمترین آن خودکشی‌هایی است که صورت می‌گیرد. آمار نشان می‌دهد در آمریکا ۱۵ درصد از کسانی که به افسردگی‌های جدی دچار هستند خودکشی می‌کنند و از دوسوم بقیه انتظار می‌رود که روزی دست به چنین عملی بزنند. سازمان بهداشت جهانی تعداد کسانی را که در جهان سالانه بر اثر افسردگی اقدام به خودکشی می‌کنند هشتصد هزار نفر برآورد کرده است، یعنی یک چهارم بیش از کسانی که بر اثر بیماری سل جان خود را از دست می‌دهند.

دولت‌ها معمولاً توجهی به مسأله افسردگی ندارند، زیرا ردگیری بیماری کاری ساده نیست. بیماران جسمی - مثلاً مسلولین - در جوامع به راحتی شناسایی می‌شوند. مقدار مرگ و میر ناشی از بیماری سل مشخص است و تعدادی نیز درمان می‌شوند، ولی برخورد با خودکشی‌های ناشی از افسردگی بسیار مشکل است. تعداد بیماران، ضایعات ناشی از آن و درصد کسانی را که انتظار می‌رود دست به خودکشی بزنند مشکل می‌توان برآورد کرد. از این گذشته در بعضی موارد، بیماران مبتلا به افسردگی به فکر کشتن هم هستند تا خودکشی.

تا بیست سال دیگر، افسردگی پس از بیماری‌های قلبی گسترده‌ترین بیماری رایج در بین ابناء بشر خواهد بود.

آمریکایی سالانه شش هزار دلار بابت بیماری افسردگی پرداخت می‌کند. هفتاد درصد این مبلغ مربوط به افسردگی‌هایی است که بر اثر ناهنجاری‌های شغلی پدید آمده است. هزینه‌های مربوط به درمان بیماری به دوازده میلیارد و چهارصد میلیون دلار بالغ می‌شود خودکشی مبتلایان با افسردگی هفت میلیارد و پانصد میلیون دلار به این رقم می‌افزاید که خسارات ناشی از دست رفتن نیروی انسانی در آن به حساب نیامده است. از طرفی، ۵۵ درصد از زنان ناشی از بیماری افسردگی مربوط به کارکنانی است که به علت ابتلاء به بیماری از انرژی کم، تمرکز ناکافی، عوارض ناشی از مصرف دارو برخوردارند و بازدهی بسیار کمتری نسبت به همکاران سالم خود دارند.

در این میان بازار داروهای ضد افسردگی بسیار گرم است. طبق برآورد انستیتو تکنولوژی ماساچوست ارزش بازار جهانی این داروها بالغ بر ۷ میلیارد دلار است که انتظار می‌رود در پنج سال آینده ۵۰ درصد رشد داشته باشد. دلیل این افزایش تشخیص‌های اولین مراحل بیماری، کشف داروهای جدید و متدهای نوین درمان است. مشهورترین داروی درمان بیماری افسردگی که امروز به ویژه در آمریکا رواج دارد «پروزاک» است که شرکت سازنده آن «الی لیلی» سالانه دو میلیارد و ششصد میلیون دلار به جیب سهامداران خود سرازیر می‌کند.

□
مأخذ: مجله اکونومیست - اول ژانویه ۱۹۹۹
برگردان از بخش ترجمه «گزارش»

در یک بررسی مطالب مربوط به حوادث در روزنامه‌های انگلیس در سال ۱۹۹۷ نشان داده شده است که ۴۶ درصد از مطالب این روزنامه‌ها مربوط به خشونت‌هایی بوده که بر اثر بیماری‌های روانی اتفاق افتاده است. شصت درصد خودکشی‌ها مربوط به کسانی بوده که از بیماری افسردگی رنج می‌برده‌اند و تنها سه درصد از بیماران روانی اقدام به کشتن دیگران کرده‌اند. همین درصد کم هم روانشناسان را از این که یک بیمار روانی ممکن است تبدیل به یک دیوانه خطرناک شود نگران می‌کند. اثرات بیماری‌های روانی در یک جامعه هر اندازه هم که دست کم گرفته شود هزینه‌های هنگفت برای کشورهایی در بردارد که این نوع بیماری‌ها در آن‌ها از درصد بالایی در میان مردم برخوردار است. دکتر ارنست برنت و همارانش از انستیتو تکنولوژی ماساچوست برآورد کرده‌اند که هزینه‌های مربوط به بیماری افسردگی در آمریکا سالانه بالغ بر ۴۴ میلیارد دلار یعنی تقریباً برابر هزینه بیماری‌های قلبی و عروقی است. این بدان معنی است که هر

نخستین کتاب

تجهیزات پزشکی

و تولیدات وابسته

هجران با نجاشگاه بین المللی IRAN MED منتشر می‌شود

مدیران و مقامیان محترم جهت درج آگهی در این مجموعه می‌توانند با دبیرخانه کتاب تجهیزات پزشکی
تلفن‌های ۸۸۳۳۷۸۱ و ۸۸۴۲۲۳۰ و فاکس ۸۸۴۳۳۶۱ تماس حاصل فرمایند.