



بیماری افسرده‌گی و نتایج مضر آن در جامعه و چگونگی برخورد با آن

دکتر محمد عسکری

نویسنده: جراح (آلمان- دوسلدورف)

در آلمان سالیانه ۱۱۰۰۰ (یازده هزار) نفر دست به خودکشی زده که ۹۰ درصد در اثر بیماری افسرده‌گی می‌باشد. افسرده‌گی یک بیماری خطرناک اجتماعی بوده و باید هر چه زودتر درصددِ معالجه آن برآمد، در آلمان حدود ۴ میلیون نفر به این بیماری خطرناک مبتلا بوده و احتیاج مبرمی به معالجه دارند، بیش از نیمی از این بیماران افسرده‌گی را جدی نگرفته و سعی می‌کنند در اجتماع ناراحتی‌های درونی یا افسرده‌گی را از انظار پنهان نگهداشته و درصددِ معالجه برنیایند و حتی سعی می‌کنند در خانواده و فامیل آنرا زیر پوشش قرار دهند و کسی از ناراحتی‌های روانی و درونی آنها آگاه نگردد- غافل از اینکه به مرور زمان افسرده‌گی آنها شدت گرفته و خطرات زیادی را در بر خواهد داشت.

انزوا گرفتن از جامعه و فامیل و حتی از دست دادن محل کار و بالاخره امکان خودکشی را در بر خواهد داشت. انزوا گرفتن از جامعه و فامیل و ترس و وحشت از آینده زندگی آنان راتباه کرده و حتی از معالجه خود سرباز می‌زنند.

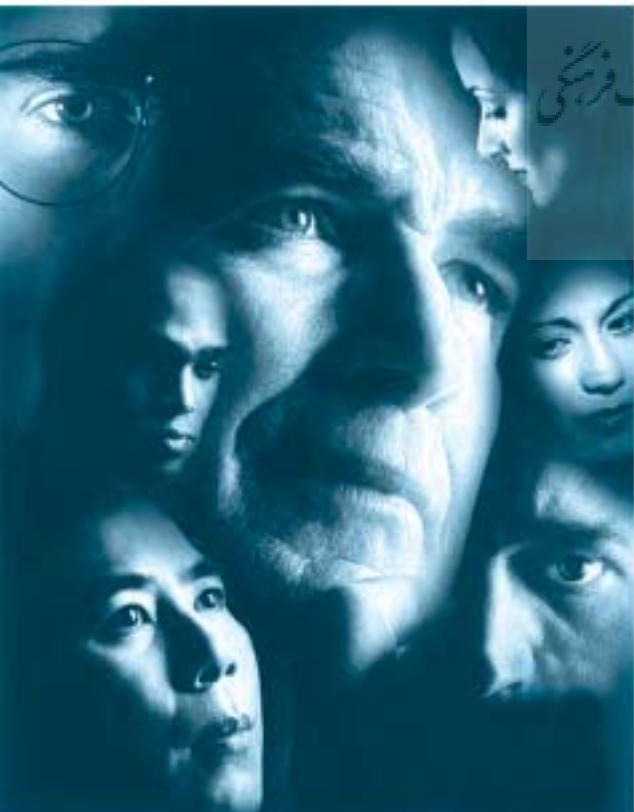
در این رابطه وظیفه اجتماعی و پزشکی است که این بیماران را کمک کرده و برای معالجه آنان کوشید و ترس از آینده واز نگرانی بدون جهت آنان کاسته و آنها را به زندگی بهتری امیدوار کرد.

می‌توان بیماری افسرده‌گی را بیشتر در اجتماع مطرح کرد تا بدینوسیله از خطراتی که در صورت معالجه نشدن در بردارد جلوگیری کرد.

علاوه بر روان‌پزشک- و روان‌شناس و پزشک عمومی با همکاری موسسات خیریه یا تاسیس تشکیلات واحدی راه معالجه را بازتر کرد.

به عنوان نمونه می‌توان از موسساتی که با همکاری دانشگاه‌ها در این زمینه فعالیت دارند کمک گرفت.

این موسسات تحت نظر روان‌پزشکان- روان‌شناسان- پزشکان خانوادگی (پزشک عمومی) با برگزاری سمینارهای خصوصی و با تبادل افکاری بهتر می‌توان در مداوای بیماران کوشید، در این سمینارها حتی معلمین - نمایندگان موسسات



مربوط به دردهای استخوانی بخصوص درد مفاصل - بالا بودن چربی خون، فراموش کاری و نارسایی مغزی و... تشخیص بیماری افسرده‌گی را مشکل تر می‌کند و متأسفانه خانواده‌ی بیمار ناراحتی افسرده‌گی را مربوط به بالا بودن سن - و دیگر بیماری‌ها تلقی می‌نمایند، در نتیجه افسرده‌گی و دیگر بیماری‌های روانی را نادیده می‌گیرند و در صدد معالجه بر نمی‌آیند و حتی شاید پزشک معالج یا پزشک خانواده‌گی (پزشک عمومی) نیز در صدد تشخیص بیماری افسرده‌گی بر نخواهد آمد، در این رابطه پزشک عمومی وظیفه مبرمی را بعهده دارد- علاوه بر معالجه بیماری‌های ذکر شده بهتر است که افسرده‌گی در سالمندان فراموش نشود و همیشه این بیماری را در نظر گرفت.

افسرده‌گی بزرگسالان در آمریکا کمتر از میزانی است که تصور می‌رود:

افسرده‌گی شدید ۴ درصد و افسرده‌گی نسبتاً شدید ۱۵-۱۰ درصد و افسرده‌گی خفیف ۲ درصد می‌باشد.

در کشور **آلمان ۹ درصد** بیماری افسرده‌گی در سنین بین ۷۰ تا ۱۰۰ سالگی و از این ۹ درصد تقریباً ۵ درصد شامل افسرده‌گی شدید و بقیه از شدت کمتری برخوردار می‌باشند افسرده‌گی بزرگسالان یا سالمندانی که در خانه‌های سالمندان زندگی می‌کنند و تحت پوشش خانواده و فامیل نمی‌باشند حدود ۴۵ درصد بوده زیرا دوری از خانواده و فامیل علت دیگری، می‌باشد معالجه‌ی افسرده‌گی در صورتی که در سالمندان به موقع تشخیص داده شود تفاوت زیادی با دیگران ندارد با توجه به اینکه رفتار و برخورد با سالمندان باید در نظر گرفته شود. و بیماری افسرده‌گی را مربوط به بیماری‌های دیگر ندانند- خلاصه وظیفه‌ی مهمی را خانواده و فامیل در شناسایی افسرده‌گی می‌توانند بعهده بگیرند و بهتر است که این وظیفه را با بروز علایمی که ذکر شد از قبیل **انزوا- ترس و وحشت از آینده و صحبت‌های نا امید کننده** را شروع بیماری افسرده‌گی دانست و در صدد معالجه برآیند و هر چه زودتر از انزوای این بیماران جلوگیری کنند- این نیز با تبادل افکار امکان پذیر است.

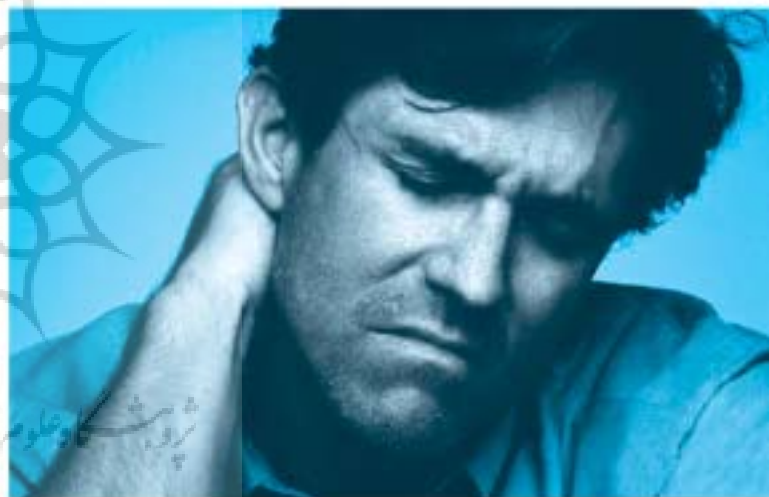
منبع:

Rheinisches Arzeblatt

Dusseldorf May 2005 No.5

خبریه و کارکنان خانه‌های بزرگسالان و پلیس و بخصوص فامیل و خانواده بیمار شرکت می‌کنند و این راه کمک شایسته‌ای به بیماران و مشکلات و خطرات بیماری افسرده‌گی می‌گردد. با این کارنه تنها جامعه از اطلاعات مفیدی برخوردار می‌گردد بلکه فامیل و خانواده به علایم افسرده‌گی پی برده و هر چه زودتر درصد معالجه بر می‌آیند.

با تشکیل این موسسات خودکشی در افرادی که به بیماری افسرده‌گی مبتلا هستند به طور قابل توجهی کاهش یافته و این خود جای بسی خوشبختی است. برحسب آمار سازمان جهانی بهداشت افسرده‌گی در کنار دیگر بیماری‌ها یکی از بزرگترین بیماری‌های است که بیمار به همه چیز بدبین بوده و به همه چیز به نظر منفی نگریسته و در روان او رسوخ کرده و آینده‌بختی نخواهد داشت، همه چیز را تاریک می‌بیند و امید به آینده نداشته و معتقد است که گذشته‌ی او ثمری جز منفی بودن زندگی او در جامعه



نداشته و آینده‌ی او نیز از این بدتر خواهد بود. یاس و ناامیدی آنرا از پا در می‌آورد و ضعف ناتوانی بر او غلبه می‌کند. وظیفه‌ی خانواده و فامیل است که بیشتر به این علایم توجه کرده و هر چه زودتر برای درمان کوشید و راه زندگی بهتر و امید به زندگی و آینده را تقویت کرد.

افسرده‌گی بزرگسالان (سالمندان):

تنها تفاوتی که در بروز علایم دارد - علاوه بر علایم ذکر شده بیماری‌های دیگری از قبیل بیماری قند- بیماری‌های قلبی و عروقی - بالا بودن فشار خون - ناراحتی‌های دستگاه گوارش ناراحتی‌های