

Deprese trápí děti i dospívající

Chová se váš potomek náhle nápadně jinak? Možná má duševní potíže

Radka Wallerová

Nejen dospělí se potýkají s duševními problémy. Zatímco určitý smutek a vnitřní nespokojenost k dospívání patří, pokud překročí únosnou mez, je třeba potomkovi najít odbornou pomoc.

Zapomeňte na rovnici – deprese rovná se smutná nálada. Nebo přesněji, zapomeňte na ni v případech, že jde o děti a dospívající. „S diagnostikou deprese je u této věkové skupiny docela problém, protože se projevuje úplně jinak než u dospělých,“ vysvětluje psychiatr Tomáš Novák z pražského Psychiatrického centra.

Když smutek nahradí podrážděnost

Zatímco pro dospělé je u deprese příznakem číslo jedna dlouhodobý smutek, trvající alespoň čtrnáct dnů, u mladistvých je to jinak.

„Bývají podráždění, nerudní, objevují se problémy s výchovou,“ popisuje Novák. Jenže takhle přece vypadá i běžný obraz dospívání. A Novák potvrzuje, že deprese mnohdy vypadají jako prodloužená nebo zesílená puberta. Je v podstatě jen na

Pubertální vzdor, nebo deprese? Někdy je těžké to rozlišit

NIC NEMÁ SMYSL
Deprese trápí i dospívající, projevuje se však jinak a jiná než u dospělých musí být i léčba



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

rodičích, aby odlišili, kdy už projevy překročily únosnou mez odpovídající běžnému vývoji, a vyhledali radu u praktika nebo dětského psychologa – mohou se například zprvu poradit bez toho, aby potomka brali s sebou.

Léky raději ne

Rodiče nicméně mají spíše tendenci problémové chování přičítat tomu, že se dítě chytilo špatné party nebo že zkouší drogy, a deprese je často nenapadne. Situaci zároveň nezlepšuje ani fakt, že dospívající v této ži-

votní etapě nebyvají příliš sdílní. „Je moc důležité případnou depresi odhalit, protože u dospívajících je hodně velké riziko sebevražd,“ upozornil Novák.

Bohužel, i léčba je u dospívajících svízelná, alespoň ve srovnání s do-

spělými, jimž pomáhají antidepresiva. Ta se donedávna dávala běžně i hodně mladým nemocným, ale v poslední době od toho lékaři ustupují. „Ukázalo se totiž, že efekt podávání antidepresiv není u této skupiny tak výrazný, ba dokonce se ob-

jevilo podezření, zda naopak nezvyšují riziko sebevražd,“ konstatoval Novák. Potvrdila to i zámožská studie stará několik málo let: podle ní je efekt, který léky přináší, nemocným, menší než riziko, že se jejich stav zhorší. Když už se pro ně lékař rozhodne, je třeba nemocného bedlivě sledovat. Většinou se však psychiatři snaží situaci vyřešit pomocí psychoterapie.

Nejmenší nemocní

Ještě jinak se projevuje případná deprese u malých dětí. Klasickou sklíčenost u nich rovněž nehledejte. „Bývají hyperaktivní, mají problémy s udržením pozornosti, pobíhají, někdo by řekl, že prostě zlobí,“ popsal docent Jiří Horáček. Pokud se vaše dítě chová právě takhle a tyto potíže jsou nové, případně máte-li navíc depresi v rodině, vyhledejte raději odbornou pomoc. Naštěstí čím menší dítě, tím vzácnější tahle nemoc je.

Depresi u mladistvých je přitom víc než dříve a tento fakt nelze podle Nováka přičítat pouze lepší diagnostice. Na psychologickém stavu dětí a dospívajících se odráží stav celé společnosti – mimo jiné to, že rodiče nemají na děti tolik času, doba je hektická a zvyšují se nároky na výkonnost. To vše může například zvyšovat pravděpodobnost, že se projeví deprese, k níž má dítě vrozené sklony.

Příznaky deprese

- sklíčenost, pocit beznaděje, bezdůvodné obavy a úzkosti, pesimismus, tyto pocity jsou velmi intenzivní a trvají nejméně dva týdny v kuse
- neschopnost radovat se ze zážitků a věcí, které dotyčného dříve těšily, nezájem o sebe, práci, rodinu
- nesoustředěnost, nerozhodnost, špatná paměť
- myšlenky na sebevraždu
- nechutenství a hubnutí, výjimečně naopak přejídání se, zejména sladkostmi
- poruchy spánku, problémy s usínáním, nespavost, opakované probouzení v noci a velmi často se také vyskytuje brzké probuzení
- spánek nepřináší osvěžení
- ztráta zájmu o sexuální život
- ztráta energie a únava, nechutenství a váhový úbytek
- zpomalení pohybů, někdy naopak pohybový neklid
- u lidí s depresí se často vyskytují různé bolesti (bolesti hlavy, zad, bolesti na hrudi), zažívací obtíže, závratě, pocity dušnosti nebo bušení srdce. Deprese může napodobovat třeba příznaky žaludečních vředů nebo infarktu a až důkladné lékařské vyšetření ukáže skutečnou příčinu pacientových obtíží

INZERCE

Kořínek je stlačený, vlas se ztenčuje, uvolňuje a vypadává.

(1) Účinnost Aminexilu® - test in vitro. (2) Účinnost SP94™ - souběžný hodnocení účinku provedlo 240 osob. (3) Účinnost Aminexilu® - versus placebo: klinický test provedený v nemocničním prostředí na 130 osobách.

DERCOS
AMINEXIL SP94™
KÚRY PROTI VYPADÁVÁNÍ VLASŮ



Kořínek je pevně ukotven⁽¹⁾ a vlasy rostou silnější.⁽²⁾ Již po 6 týdnech.

**VYPADÁVÁNÍ VLASŮ POZASTAVENO U 77 % OSOB.⁽²⁾
SILNĚJŠÍ VLASY U 66 % OSOB.⁽²⁾**

Účinnost klinicky testována i na pokročilých stadiích alopecie.⁽³⁾



VICHY. ZDRAVÍ PATŘÍ I POKOŽCE

www.vichy.cz, Infolinka VICHY 222 193 777

Doporučená cena 1 010 Kč.
Požádejte o radu svého lékárníka.

Jak se léčí deprese

Antidepresiva – působí přímo na příčinu deprese a dodávají mozku látky, které mu chybějí. Neúčinkují okamžitě, nestačí tedy spolknout pilulku, ale je třeba je užívat dlouhodobě, aby se hladina chemikálií v mozku ustálila.

Léky proti úzkosti – neléčí přímo depresi, ale mohou ztlumit úzkost, která někdy depresi provází. Jejich účinek lze přirovnat k lékům na bolest. Pozor, jsou návykové.

Psychoterapie – pomáhá člověku uvědomit si podstatu vlastních psychologických problémů, jde například o rozbití kruhu černých myšlenek. Studie ukázaly, že psychoterapií se dají v mozku lidí s lehčími formami deprese navodit stejné změny jako při podávání antidepresiv. Psychoterapií musí vést školený odborník.

Kraniální magnetická stimulace – nová metoda léčby, vhodná například pro těžší formy deprese nebo pro lidi, kteří z nějakého důvodu nemohou užívat antidepresiva.

Elektrokonvulze – elektrické šoky, které pomáhají u těžších forem deprese.