

Antydepresyjny Telefon Zaufania 22 /654 40 41

Dziś depresja stanowi czwarty najpoważniejszy problem zdrowotny na świecie. Co piąty Polak cierpi na depresję.

Depresja jest przewlekłą, poważną chorobą wymagającą długotrwałego leczenia. Tak samo, jak choroby układu krążenia, wątroby, nerek. U każdego pacjenta może przebiegać nieco inaczej, zwykle jednak jest opisywana jako uczucie smutku, żalu, przygnębienia, utrata zainteresowania czymkolwiek połączona z niemożnością odczuwania jakiegokolwiek przyjemności i radości. Objawia się obniżeniem nastroju, sprawności intelektualnej oraz różnymi dolegliwościami somatycznymi. Większość chorych ma poczucie bezradności, beznadziei i braku własnej wartości. Często obserwuje się zmniejszony apetyt lub nadmierne objadanie się, spowolnienie, zanik libido, apatię, przewlekłe zmęczenie, poty, bóle o różnej lokalizacji, problemy trawienne. Chory ma trudności z podejmowaniem najprostszych decyzji. Często depresji towarzyszy lęk przejawiający się jako uczucie zagrożenia, stałe napięcie, kołatanie serca.

Z danych WHO wynika, że już dziś depresja stanowi czwarty najpoważniejszy problem zdrowotny na świecie. Szacuje się, że w roku 2020 choroba znajdzie się na drugim miejscu w rankingu podstawowych problemów zdrowotnych naszych czasów. Na świecie na depresję cierpi 10 procent populacji dorosłych. Częściej na depresję zapadają kobiety – choruje jedna na pięć, podczas gdy wśród mężczyzn proporcja ta wynosi 1:10.

Mimo iż depresja stanowi powszechny problem, lekarze w wielu krajach szacują, że około 50-60 procent cierpiących na nią osób nie korzysta z pomocy medycznej. Powodem takiego stanu rzeczy jest niedostateczna wiedza społeczeństwa na temat objawów depresji i konieczności jej leczenia, a także obawa lub wstyd przed podjęciem terapii. Liczba osób chorych na depresję na świecie rośnie. Wiąże się to między innymi z wydłużeniem średniego okresu życia populacji i większym rozpowszechnieniem środowiskowych czynników ryzyka (przemiany ustrojowe, migracje ludności, brak poczucia bezpieczeństwa, osamotnienie).

Kampania społeczna FORUM PRZECIW DEPRESJI ma na celu poszerzenie wiedzy w zakresie depresji, uświadomienie społeczeństwu, że depresja stanowi jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych na świecie i nie jest to stan, który mija, ale choroba, którą trzeba leczyć. Ma także pomóc przełamać opór i niechęć osób chorych i ich rodzin przed zgłoszeniem się do lekarzy, terapeutów i grup wsparcia. Forum Przeciw Depresji to także edukacja lekarzy aktywnie rozpoznających i leczących depresję i upowszechnienie Antydepresyjnego Telefonu Zaufania (22 /654 40 41, czynny we wszystkich poniedziałki i czwartki w godzinach 17.00-20.00, a w dniach 22

czynny we wszystkie poniedziałki i czwartki w godzinach 17.00-20.00, a w dniach 25-25.02.07 od 9.00 do 21.00) oraz strony www.forumprzeciwdepresji.pl

