

Pacjenci w badaniach

<https://pacjentwbadaniach.abm.gov.pl/pwb/aktualnosci/aktualne-wydarzenia-i-i/2514,Ogolnopolski-Dzien-Walki-z-Depresja.html>
17.05.2024, 23:53

Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją

Już od 22 lat, każdego roku, 23 lutego obchodzimy Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją, który został ustanowiony przez Ministerstwo Zdrowia. Celem jest rozpowszechnienie wiedzy na temat depresji i zachęcenie chorych do leczenia. Depresja to choroba, której nie można bagatelizować.

Depresja jest związana z zaburzeniami nastroju, można ją rozpoznać poprzez obserwację charakterystycznych objawów. Typowe oznaki obejmują smutek, uczucie przygnębienia, utratę dotychczasowych zainteresowań, brak motywacji, kłopoty ze snem, zmęczenie, obniżone poczucie własnej wartości, trudności w koncentracji, a nawet rozmyślanie

o śmierci czy myśli samobójcze. Nie każdy doświadcza wszystkich objawów i nie są one wymagane do postawienia diagnozy. Jeśli te znaczące zmiany w zachowaniu utrzymują się co najmniej przez dwa tygodnie, może to wskazywać na obecność depresji

i konieczność podjęcia leczenia. Ważne jest zrozumienie, że depresja to nie tylko chwilowy smutek odczuwany w związku z określonym wydarzeniem, lecz trwałe dolegliwości emocjonalne, które znacząco wpływają na nasze codzienne funkcjonowanie. Warto zaznaczyć, że smutek związany z normalnymi reakcjami na straty czy niepowodzenia nie jest uznawany za depresję, jeśli osoba jest w stanie czerpać radość z życia i podejmować wcześniejsze aktywności.

Leczenie depresji zwykle obejmuje kilka metod, które pomagają w złagodzeniu objawów i całkowitym przezwyciężeniu choroby: psychoterapię, farmakoterapię oraz ich połączenie. Decyzję o metodzie leczenia podejmuje lekarz, uwzględniając indywidualne potrzeby pacjenta. Psychoterapia zazwyczaj obejmuje nurt poznawczo-behawioralny, skuteczny zarówno samodzielnie, jak i w połączeniu z farmakoterapią, szczególnie przy silniejszych objawach depresji. Farmakoterapia polega na regularnym przyjmowaniu leków przeciwdepresyjnych, takich jak SSRI (selektywne inhibitory zwrotnego wychwyty serotoniny, z ang. selective serotonin reuptake inhibitor) lub SNRI (inhibitory wychwyty zwrotnego serotoniny i noradrenaliny, z ang. serotonin norepinephrine reuptake inhibitor), zależnie od stopnia nasilenia choroby. Efekty

telefony
wsparcia



Kryzysowy telefon zaufania	116 123
Telefon zaufania dla dzieci	116 111
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	
Rzecznika Praw Dziecka	121 212
Catodowa Linia Wsparcia	600 702 222
Telefon dla Rodziców i Nauczycieli	800 100 100
Telefon zaufania dla osób starszych	22 635 09 54
Antydepresyjny Telefon Zaufania	22 484 88 01

Telefony wsparcia

leczenia farmakologicznego mogą pojawić się po kilku tygodniach.

Nieustannie trwają [badania kliniczne](#) nad nowymi produktami w celu znalezienia jak najbardziej skutecznego leczenia dla osób dotkniętych depresją. Ze względu na zróżnicowanie objawów i potrzeby pacjentów, nowe podejścia terapeutyczne mają szansę być skuteczne dla osób z różnym stopniem zaawansowania choroby, co otwiera możliwość całkowitego powrotu do zdrowia.

W ostatnim czasie przedstawiono wyniki badania klinicznego drugiej fazy, w którym oceniano skuteczność i bezpieczeństwo psylocybiny w leczeniu depresji. W badaniu uczestniczyły 104 osoby z ciężką depresją, w wieku od 21 do 65 lat. Dowiedziono, że pojedyncza dawka psylocybiny (25 mg) wpłynęła korzystnie na kondycję osób cierpiących na depresję, jednocześnie minimalizując występowanie znaczących skutków ubocznych. W badaniu odniesiono się do skali MADRS (Montgomery-Åsberg Depression Rating Scale), która jest stosowana w praktyce klinicznej do oceny stopnia nasilenia objawów depresji. U osób, które otrzymały psylocybinę, zaobserwowano istotne zmniejszenie intensywności objawów depresyjnych, ocenianych za pomocą tej skali.

Badania kliniczne nad psylocybiną wciąż trwają. Uzyskane do tej pory wyniki wykazują perspektywiczny potencjał terapeutyczny. Istnieje nadzieja, że po dalszej analizie, preparat ten może stać się skutecznym lekiem dla osób dotkniętych depresją.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), depresja jest czwartym najpoważniejszym problemem zdrowotnym na skalę globalną. Co dziesiąty dorosły na świecie boryka się z depresją, przy czym co druga osoba z tym schorzeniem nie poszukuje wsparcia medycznego. Dane Ministerstwa Zdrowia wskazują, że około 1,5 miliona Polaków zmagają się z depresją, natomiast blisko jeden na trzech nastolatków w kraju wykazuje jej symptomy. Depresja może dotknąć każdego i w każdym wieku.

Osoby zmagające się z depresją mogą skorzystać z bezpłatnej pomocy specjalisty.

Bibliografia:

- Źródło internetowe:
<https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-oddzialow/d>

[epresja-wiecej-niz-smutek-sroda-z-profilaktyka-w-ow-nfz,590.html](#)

- Źródło internetowe:
<https://www.rynekzdrowia.pl/Badania-i-rozwoj/Obiecujace-wyniki-badania-jedna-dawka-psylocybiny-pomogla-chorym-na-depresje,249493,11.html>

Autorka: Martyna Słowik

[Poprzedni Strona](#)

[Następny Strona](#)