



ДЕПРЕССИЯ

СДЕЛАЛ ИВАНОВ ПАВЕЛ

ВВЕДЕНИЕ

АКТУАЛЬНОСТЬ: В НАШЕ ВРЕМЯ ЛЮДИ ЗАБЫЛИ ЗНАЧЕНИЕ СЛОВА ДЕПРЕССИЯ И ПУТАЮТ ЕГО С ОБЫЧНОЙ ЛЕНЬЮ ИЛИ ПЛОХИМ НАСТРОЕНИЕМ, И ВСЕ ЖЕ, СЕЙЧАС ПОНЯТИЕ «ДЕПРЕССИЯ» ДОВОЛЬНО АКТУАЛЬНО, ТАК КАК В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ БУШУЕТ ВИРУС, ИЗ-ЗА КОТОРОГО МНОГО ЛЮДЕЙ ЛИШИЛИСЬ ХОББИ, РАБОТЫ ИЛИ ДАЖЕ СЕМЬИ. СЕГОДНЯ ЛЮДЯМ НЕВОЗМОЖНО ОБОЙТИСЬ БЕЗ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ, ИЗ-ЗА ЭТОГО СИДЕНИЕ В 4-Х СТЕНАХ МОЖЕТ ОКАЗАТЬ ОЧЕНЬ БОЛЬШОЕ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИКУ ЧЕЛОВЕКА.

ЦЕЛЬ РАБОТЫ: ИЗУЧИТЬ, ЧТО ТАКОЕ ДЕПРЕССИЯ, КАКОВЫ ЕЕ СИМПТОМЫ, ПРИЧИНЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ И СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ.

Задачи:

- Узнать что такое депрессия;
- Рассказать о последствиях депрессии;
- Изучить возможные методы лечения депрессии;

ДЕПРЕССИЯ. ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ

ДЕПРЕССИЯ — ЭТО РАСПРОСТРАНЕННОЕ ПСИХИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ДЛЯ КОТОРОГО СВОЙСТВЕННО СТОЙКОЕ УНЫНИЕ И ПОТЕРЯ ИНТЕРЕСА К ТОМУ, ЧТО ОБЫЧНО ДОСТАВЛЯЕТ УДОВОЛЬСТВИЕ, НЕСПОСОБНОСТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ПОВСЕДНЕВНЫЕ ДЕЛА, СОПРОВОЖДАЕМАЯ ЧУВСТВОМ ВИНЫ. ДЕПРЕССИЯ ЯВЛЯЕТСЯ САМЫМ РАСПРОСТРАНЕННЫМ ПСИХИЧЕСКИМ РАССТРОЙСТВОМ.

ДЕПРЕССИЯ ВЫЗЫВАЕТ ЧУВСТВО ПЕЧАЛИ, ОСЛАБЛЯЕТ ИНТЕРЕС К ЗАНЯТИЯМ, КОТОРЫЕ КОГДА-ТО НРАВИЛИСЬ, МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К МНОЖЕСТВУ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ И ФИЗИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ И ВЛИЯТЬ НА ТО, НАСКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК УСПЕШЕН НА РАБОТЕ И В ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ

ЧЕМ ОПАСНА ДЕПРЕССИЯ И КАК ОНА ВЛИЯЕТ НА ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА

ГЛУБОКАЯ ДЕПРЕССИЯ ЧАСТО ПРИВОДИТ К РАЗРУШЕНИЮ ВАЖНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ С ДРУЗЬЯМИ, ЛЮБИМЫМИ, С РОДИТЕЛЯМИ, ДЕТЬМИ И ДРУЗЬЯМИ. ДЕПРЕССИЯ МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ НЕУДАЧ НА РАБОТЕ И В УЧЕБЕ, ПОТЕРИ РАБОТЫ, ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ, И СПОСОБНОСТИ ВЫПОЛНЯТЬ СВОИ ОБЯЗАННОСТИ. ПО ДАННЫМ ВОЗ, ДЕПРЕССИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ВЕДУЩЕЙ ПРИЧИНОЙ НЕТРУДОСПОСОБНОСТИ В МИРЕ

ДЕПРЕССИЯ МОЖЕТ НАРУШИТЬ НОРМАЛЬНОЕ ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗМА, СТАТЬ ПРИЧИНОЙ ЧАСТЫХ ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ, БОЛЕЙ В СУСТАВАХ, МЫШЦАХ, ЖЕЛУДКЕ И ПРОБЛЕМ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ. ГЛУБОКАЯ ДЕПРЕССИЯ МЕНЯЕТ БИОХИМИЮ МОЗГА, И КАЖДЫЙ НОВЫЙ ЭПИЗОД ДЕПРЕССИИ ТОЛЬКО УСУГУБЛЯЕТ БОЛЕЗНЬ. МЫСЛИ ЗАМЕДЛЯЮТСЯ, ВНИМАНИЕ УХУДШАЕТСЯ, ЧЕЛОВЕКА ПОСЕЩАЮТ НАВЯЗЧИВЫЕ МЫСЛИ. ВО ВРЕМЯ ОЧЕРЕДНОГО ЭПИЗОДА ДЕПРЕССИИ ВОСПРИЯТИЕ МИРА ЧЕЛОВЕКОМ ИСКАЖАЕТСЯ В ХУДШУЮ СТОРОНУ. ХОРОШИЕ СИТУАЦИИ КАЖУТСЯ ХУЖЕ, ЧЕМ НА САМОМ ДЕЛЕ, А ПЛОХИЕ — БЕЗНАДЕЖНЫМИ. КУДА БЫ ЧЕЛОВЕК НЕ ПОСМОТРЕЛ, ОН НИГДЕ НЕ МОЖЕТ НАЙТИ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ И ПОКОЯ ОТ СВОИХ ТЕМНЫХ, НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИИ И МЫСЛЕЙ

A black and white photograph showing the silhouette of a person from the back, looking down. The person is positioned on the left side of the frame, against a light background that creates a soft glow around their head and shoulders. The rest of the image is a dark, textured background with a fine grid pattern.

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕПРЕССИИ

ДЕПРЕССИЯ, КАК И ЛЮБОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ИМЕЕТ ЗА СОБОЙ ПОСЛЕДСТВИЯ. ЭТО ОЗНАЧАЕТ, ЧТО КАЧЕСТВЕННОЕ ЛЕЧЕНИЕ НЕОБХОДИМО: В ПРОТИВНОМ СЛУЧАЕ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ПОД УГРОЗОЙ. ИЗ-ЗА ДАННОГО РАССТРОЙСТВА ПОРТИТСЯ НЕ ТОЛЬКО ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ, НО И ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА. ВО ВРЕМЯ ДЕПРЕССИИ МОГУТ ПОЯВЛЯТЬСЯ ТАКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КАК САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, МИГРЕНЬ, ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И Т.П.

ИЗ-ЗА ДЕПРЕССИИ ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ВСТУПАТЬ В КОНФЛИКТЫ С БЛИЗКИМИ ЛЮДЬМИ, ОТПОРОДИТЬСЯ ОТ ВСЕХ И, В КОНЕЧНОМ СЧЕТЕ, ОСТАТЬСЯ В ОДИНОЧЕСТВЕ. ПРОБЛЕМЫ С РАБОТОСПОСОБНОСТЬЮ ПРИВОДИТ К ОТСУТСТВИЮ УСПЕХОВ В ШКОЛЕ И НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ, ИСКЛЮЧЕНИЮ ИЗ МЕСТА УЧЕБЫ И УВОЛЬНЕНИЮ С РАБОТЫ. САМОЕ СТРАШНОЕ ПОСЛЕДСТВИЕ ДЕПРЕССИИ — СОВЕРШЕНИЕ СУИЦИДАЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ. СОГЛАСНО СТАТИСТИКЕ, СРЕДИ ПАЦИЕНТОВ С ДЕПРЕССИВНЫМ РАССТРОЙСТВОМ СУЩЕСТВУЕТ БОЛЬШОЙ РИСК СУИЦИДА. ПРИ ЭТОМ ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ, КАК ГОТОВИТЬСЯ К САМОУБИЙСТВУ, ТАК И СОВЕРШИТЬ ЕГО НЕПРОИЗВОЛЬНО, ВО ВРЕМЯ ПРИСТУПА ОТЧАЯНИЯ. ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ ТАКОЙ ИСХОД, НУЖНО ВОВРЕМЯ ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ

ЛЕЧЕНИЕ ДЕПРЕССИИ

Конечно же, надо как можно быстрее обратиться к специалисту, но многие люди с депрессией (и не только с ней, но и с другими серьёзными заболеваниями), к сожалению, не желают прибегать к профессиональной помощи, что только усугубляет ситуацию. Современное лечение депрессии может состоять из терапии антидепрессантами и психотерапии. Зачастую лекарства просто необходимы: когда человек находится в плохом состоянии, он не может заниматься психотерапией — ему трудно собрать свои мысли. Но нельзя бежать в аптеку и покупать первые попавшиеся антидепрессанты, для начала надо обговорить метод лечения с психиатром.

Основной группой лекарственных препаратов, назначаемых при депрессии, являются антидепрессанты — это медикаменты, предназначенные для лечения депрессии и различных нарушений психики. Сегодня антидепрессанты — востребованная группа лекарственных средств, которая постоянно пополняется все новыми и новыми препаратами. Общим свойством всех этих медикаментов является специфика механизма действия: так или иначе антидепрессанты потенцируют действие серотонина и в меньшей степени норадреналина в центральной нервной системе. Серотонин называют нейромедиатором («радости»), он регулирует импульсивные влечения, облегчает засыпание и нормализует смену циклов сна, снижает агрессивность, повышает переносимость боли, устраняет навязчивые идеи и страхи. Норадреналин потенцирует познавательные способности и участвует в поддержании состояния бодрствования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ХОДЕ ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЫ МНОЮ БЫЛИ СДЕЛАНЫ СЛЕДУЮЩИЕ ВЫВОДЫ:

- ДЕПРЕССИЯ ЭТО АКТУАЛЬНАЯ В НАШЕ ВРЕМЯ БОЛЕЗНЬ.
- В ПОДРОСТКОВОМ ПЕРИОДЕ ЧАСТО ВОЗНИКАЮТ СЛУЧАИ С ДЕПРЕССИИ
- ЛЮДЯМ С ДЕПРЕССИЕЙ НЕОБХОДИМО ЛЕЧЕНИЕ У СПЕЦИАЛИСТА.

ДЕПРЕССИЯ — ЭТО ПСИХИЧЕСКОЕ РАССТРОЙСТВО, ДЛЯ КОТОРОГО ХАРАКТЕРНО ПАТОЛОГИЧЕСКИ СНИЖЕННОЕ НАСТРОЕНИЕ С НЕГАТИВНОЙ, ПЕССИМИСТИЧЕСКОЙ ОЦЕНКОЙ СЕБЯ, СВОЕГО ТЕКУЩЕГО ПОЛОЖЕНИЯ И БУДУЩЕГО. ЧЕЛОВЕКУ В ДЕПРЕССИИ СВОЙСТВЕННО УСТОЙЧИВОЕ УНЫНИЕ, ПОТЕРЯ ИНТЕРЕСА К ТОМУ, ЧТО РАНЬШЕ ДОСТАВЛЯЛО УДОВОЛЬСТВИЕ, НЕСПОСОБНОСТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ПРИВЫЧНЫЕ ДЕЛА, А ТАКЖЕ ЧУВСТВО ВИНЫ И СНИЖЕНИЕ.

ДЕПРЕССИЯ ЛЮБОГО УРОВНЯ – СЕРЬЕЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ТРЕБУЮЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ У ВРАЧА-СПЕЦИАЛИСТА ПСИХИАТРА ИЛИ ПСИХОЛОГА

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- [HTTPS://WWW.OTAIMEDICINADECINA.RU/DISEASES/PSYCHIATRIC/DEPRESSION](https://www.otaimedicinadecina.ru/diseases/psychiatric/depression)
- [HTTPS://BOLEZNI.RU/DEPRESSIYA/](https://bolezni.ru/depressiya/)
- [HTTPS://HOLERAPY.INFO/DEPRESSION/VIDY-DEPRESSII.HTML](https://holera.py.info/depression/vidy-depressii.html)
- [HTTPS://INCLINIC.RU/TURBOPAGES/CLINIC.RU/S/DEPRESSIJA-SIMPTOMYI-LADY-METODY-LECHENIJA](https://inclinic.ru/turbopages/clinic.ru/s/depressiya-simptomylady-metody-lechenija)
- [HTTPS://RBLEAD.COM/](https://rblead.com/)
- [WWW.RACLINIC.COM](http://www.raclic.com)
- [HTTPS://GORIEVLEVA.RU/CHTO-TAKOE-DEPRESSIYA-I-KAK-ONA-PROYAVLYAETSYA/](https://gorievleva.ru/cto-takoe-depressiya-i-kak-ona-proyavlyaetsya/)
- [HTTPS://ARKINFO-INFO.RU/DEPRESSIYA/](https://arkinfo.info.ru/depressiya/)
- [HTTPS://WWW.PSY-EXPERT.RU/DEPRESSIYA/](https://www.psy-expert.ru/depressiya/)