

Choroby cywilizacyjne

wprowadzenie

Jan Walczuk

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Głogowie

Studenckie Koło Naukowe Polskiego Towarzystwa Pielęgniarskiego

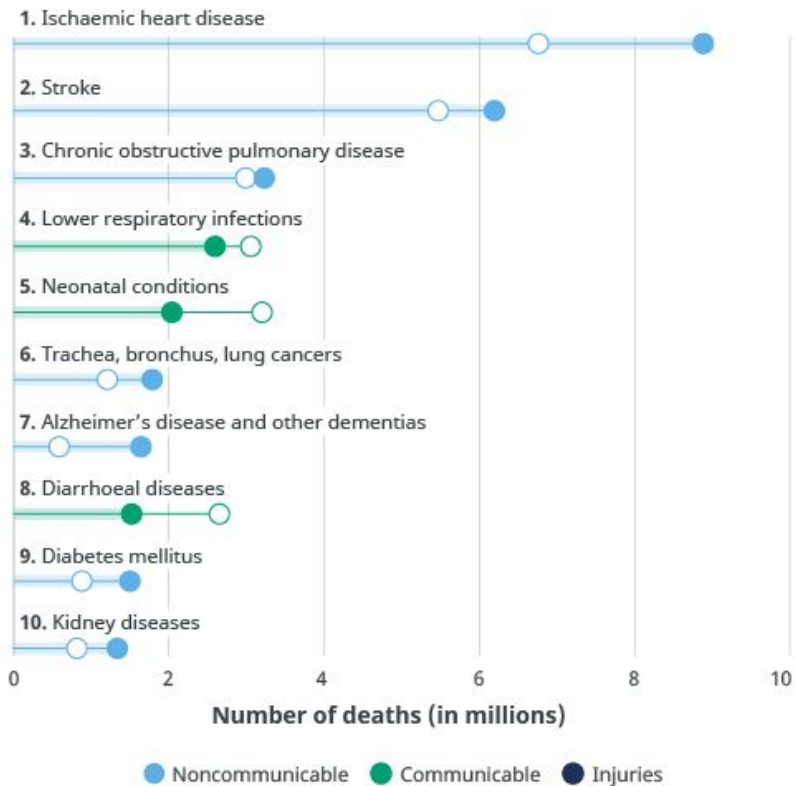
Opiekun Koła: dr n. med. Elżbieta Garwacka-Czachor

Choroby cywilizacyjne - definicja

Chorobami cywilizacyjnymi nazywamy choroby oraz inne stany zdrowia, za których przyczynę powszechnie uznaje się rozwój cywilizacyjny społeczeństwa. Odpowiadają one za większość przedwczesnych zgonów wśród populacji ludności danej społeczności.

Leading causes of death globally

○ 2000 ● 2019



Source: WHO Global Health Estimates.

Główne przyczyny zgonów na świecie:

- ChNS
- udary mózgu
- POChP
- Infekcje dolnych dróg oddechowych
- Choroby okresu noworodkowego
- Nowotwory tchawicy, oskrzeli, płuc
- Choroba Alzheimera i inne choroby demencyjne
- Biegunka / odwodnienie
- Cukrzyca
- Choroby nerek



Depresja

i inne zaburzenia psychiczne

Jan Walczuk

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Głogowie

Studenckie Koło Naukowe Polskiego Towarzystwa Pielęgniarskiego

Opiekun Koła: dr n. med. Elżbieta Garwacka-Czachor





Depresja jako choroba cywilizacyjna

Epidemiologia

Szacuje się, że około 4% populacji ludzkiej choruje na depresję (ok. 350 mln ludzi).

Na depresję dwa razy częściej chorują kobiety niż mężczyźni.

W Polsce około 1,5 mln ludzi zmaga się z zaburzeniami depresyjnymi z czego zaledwie połowa się leczy.

Czynniki ryzyka

- czynniki biologiczne (genetyka, neuroprzeżytnictwo, choroby współistniejące, uzależnienia i nałogi)
- czynniki psychologiczne (traumatyczne wydarzenia, relacje z innymi)
- czynniki społeczne i kulturowe (wsparcie społeczne, samotność, sytuacja materialna)

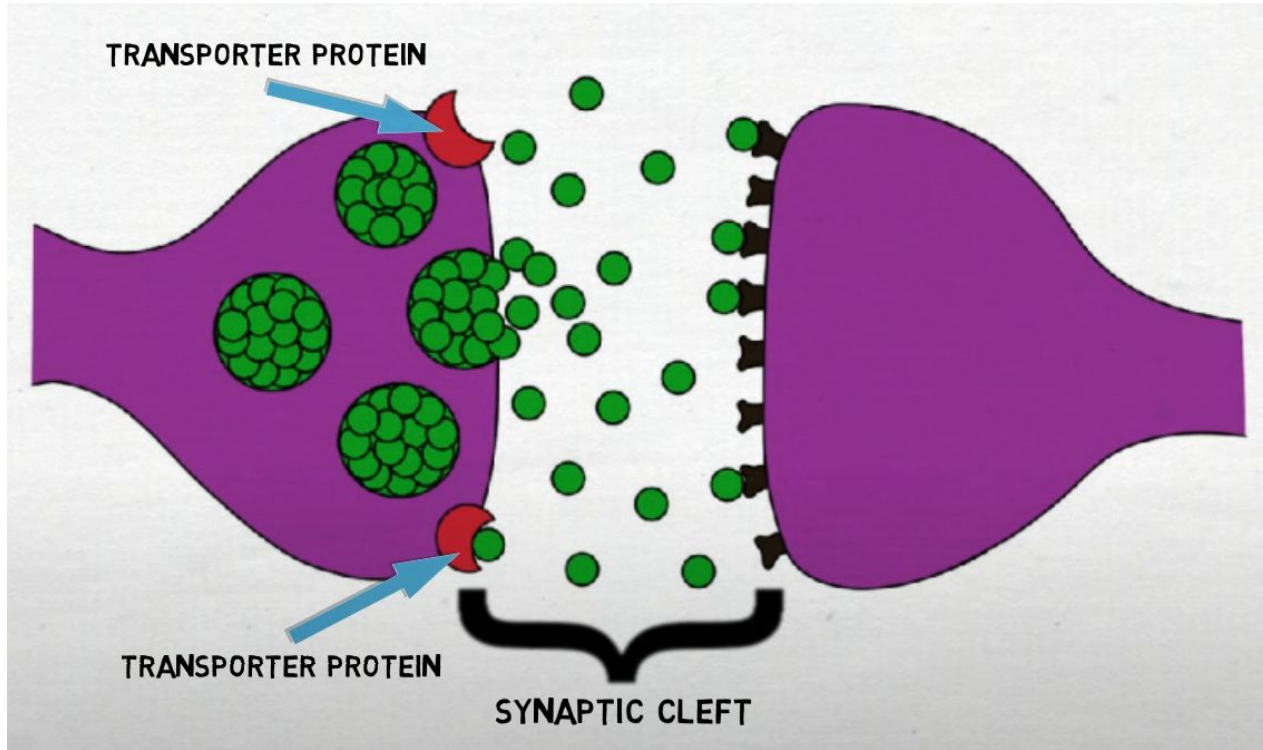
Diagnostyka

Aby zdiagnozować depresję, obniżenie nastroju musi trwać ponad 2 tygodnie. Ponadto musi wystąpić utrata zainteresowań, spadek energii/męczliwość oraz przynajmniej dwa objawy z poniższych:

1. Osłabienie skupienia uwagi
2. Zaniżona samoocena
3. Poczucie winy i małej wartości
4. Pesymistyczne widzenie przyszłości
5. Zaburzenia snu
6. Zaburzenia apetytu i zmiana masy ciała
7. Myśli i czyny samobójcze

WAŻNE!
DEPRESJĘ MOŻE ZDIAGNOZOWAĆ
TYLKO LEKARZ PSYCHIATRA

Mechanizm działania depresji



Leczenie depresji

Osie leczenia depresji

PSYCHOTERAPIA

FARMAKOTERAPIA

Antydepresanty

MAOi

TCA

SSRI

Objawy niepożądane

- **MAOI** - działanie hepatotoksyczne i hipertensyjne
- **TCA** - suchość w ustach, zatkany nos, nieostre widzenie, zaparcia, trudności w oddawaniu moczu, podwyższona temperatura ciała, zawroty głowy, działanie kardi toksyczne, hipotonia ortostatyczna, niedociśnienie, tachykardia
- **SSRI** - anhedonia, apatia, nadmierne pobudzenie, obniżenie apetytu, nadmierne pocenie się, obniżenie libido, zaburzenia hormonalne (serotoniny i dopaminy) [wyjątek - sertralina - działanie dopaminergiczne], nietypowe i wyraziste sny, senność (paroksetyna)

Role społeczne w leczeniu depresji

Podział

Rodzina, bliscy, przyjaciele - wsparcie psychiczne, zapewnienie że jest się dla tej osoby, pomoc w skierowaniu chorego do specjalisty

Psycholog - pomoc w dobraniu prawidłowej metody psychoterapii

Psychoterapeuta - przeprowadzenie psychoterapii z chorym

Psychiatra - prowadzenie farmakoterapii

Pielęgniarka - edukacja pacjenta i jego otoczenia

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji

tel. 22 594 91 00

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

tel. 116 111

**Ogólnopolski Telefon Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
„Niebieska Linia”**

tel. 800 120 002

**Telefon zaufania dla osób dorosłych
w kryzysie emocjonalnym**

tel. 116 123

Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna

tel. 22 425 98 48

Młodzieżowy Telefon Zaufania

tel. 19288

Bibliografia

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/49396/WH-1992-Nov-Dec-p24-eng.pdf>

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

<https://forumprzeciwd depresji.pl/depresja/o-chorobie/statystyki>

<https://www.mp.pl/pacient/psychiatria/choroby/69882,depresja>

https://pl.wikipedia.org/wiki/Inhibitory_monoaminooksydazy

https://pl.wikipedia.org/wiki/Tr%C3%B3jcykliczne_leki_przeciwd depresyjne

https://pl.wikipedia.org/wiki/Selektywne_inhibitory_zwrotnego_wychwytu_serotoniny

<http://www.phie.pl/pdf/phe-2007/phe-2007-4-408.pdf>

<https://youtu.be/ZXTgV6sVTA0>

<https://youtu.be/yDUh8fie-bA>

<https://youtu.be/EwivHg0JiN0>

<https://youtu.be/uiXcAbrO8kU>

<https://youtu.be/T25jvLC6X0w>

<https://youtu.be/pGEQILM7C7Y>