

ДЕПРЕССИВНОЕ РАССТРОЙСТВО У БЕРЕМЕННЫХ И ЖЕНЩИН ПОСЛЕ РОДОВ.

Депрессия - психическое заболевание, характеризующееся расстройством настроения.

Термин депрессия (от лат. **depressio** подавление) появился только в XIX веке.

На протяжении более чем двух тысяч лет депрессию называли **меланхолией** (с греч. **melaina chole** – черная желчь). Этот термин был введен **Гиппократом**

Клинические критерии депрессии:

- Снижение настроения дольше 2х недель
- Разница в состоянии (утром- хуже, к вечеру- легче)
- Нарушение сна
- Снижение аппетита
- Невозможность ни от чего получить удовольствие от чего либо
- Ухудшение памяти
- Снижение работоспособности
- Утрата обычных интересов
- Ощущение безысходности

*наличие 2-3 признаков- повод обратиться к врачу

ТЕОРИИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ДЕПРЕССИИ

1. Генетическая (?)
2. Биохимия- моноаминовая (недостаток серотонина, норадреналина, дофамина)
3. Обезвоживание (?)
4. «Агрессия во внутрь»



Генетические факторы:
наследственность и случаи в
семье

Биологические
факторы:
низкий уровень
гормонов, низкий
уровень
нейромедиаторов

Возможные причины развития депрессии

Психологические
факторы:
стрессовые
события,
одиночество,
разочарования

Социологические факторы:
злоупотребление, развод, бедность,
безработица, моббинг,
стресс рабочего дня



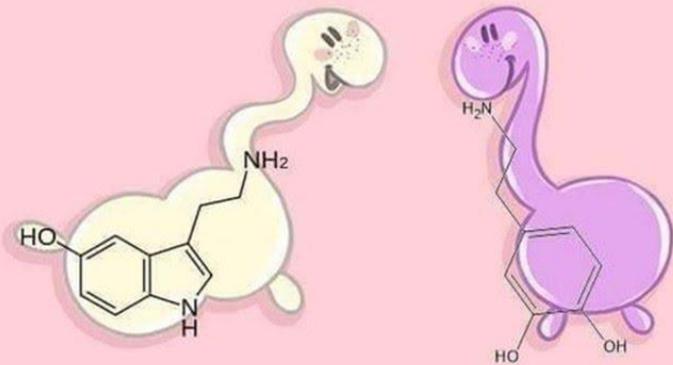
ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ:

- хронический стресс
- острая психическая травма
- умственное и физическое переутомление
- лекарства, алкоголь
- соматические болезни, травмы



ДЕПРЕССИЯ-ЭТО НАРУШЕНИЯ НА БИОХИМИЧЕСКОМ УРОВНЕ

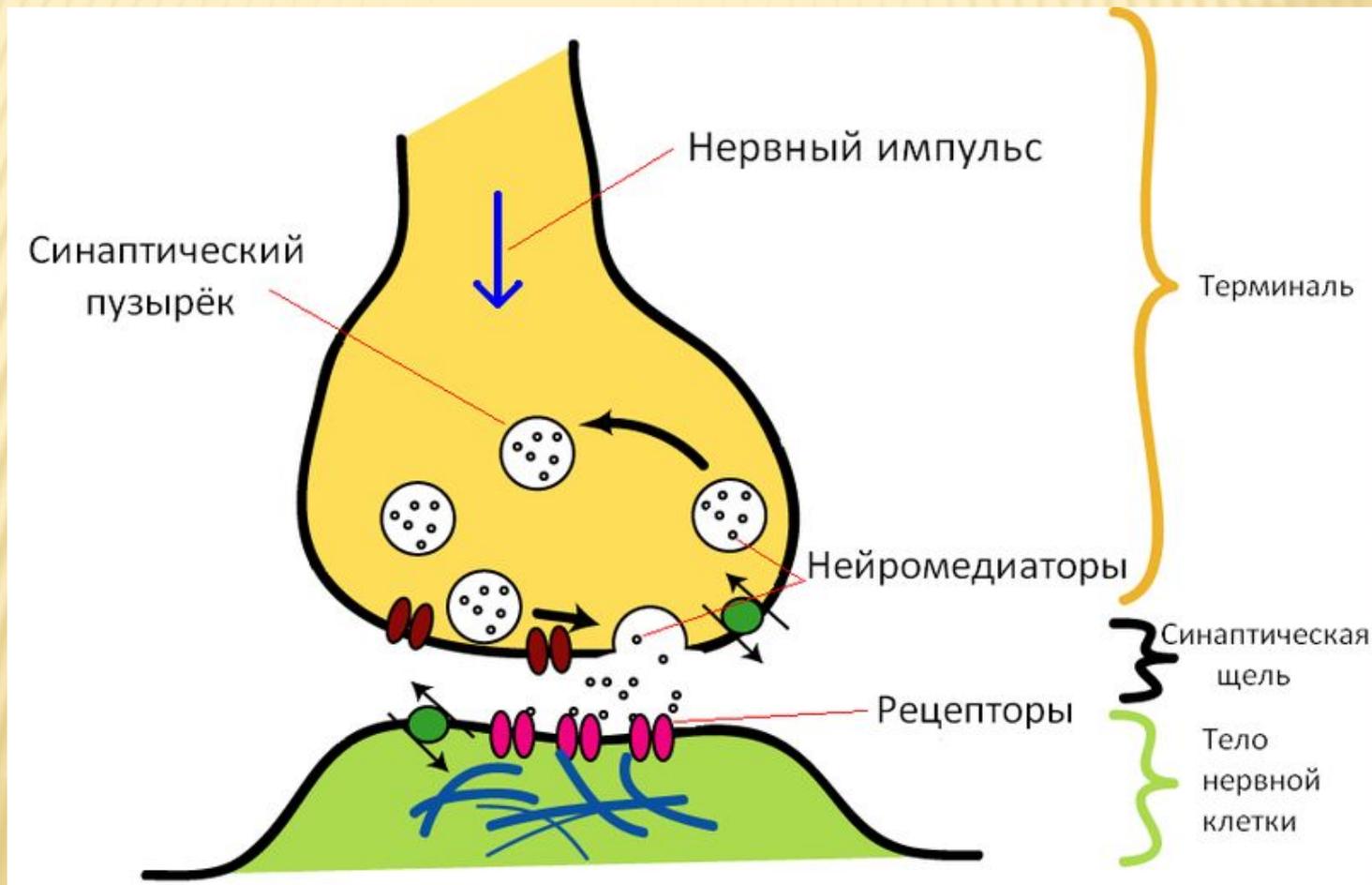
На самом деле,
только 2 вещи в жизни могут сделать человека
по-настоящему счастливым:



СЕРОТОНИН И ДОФАМИН

Биохимического гипотеза видит причины депрессии в неправильном функционировании **лимбической системы** (управляет нашим поведением, реакциями агрессии, материнским инстинктом и сексуальными побуждениями), **гипоталамуса** (часть лимбической системы, ответственная за регулирование чувства голода и сытости, жажды, температуры тела и ощущение удовольствия) и **ретикулярной формации** (регулирующей режим сна и бодрствования)

а именно проблемы в передаче химических веществ (серотонин, норадреналин и дофамин) в ЭТИХ областях мозга.



?

Биполярная депрессия

? **Большая депрессия**

? **Малая депрессия (дистимия)**

? **Циклотимия**

? **Сезонное расстройство**

? **Осенняя депрессия**

? **Эндогенная депрессия**

? **Психогенная депрессия**

? **Реактивная депрессия**

? **Невротическая депрессия**

? **Психотическая депрессия**

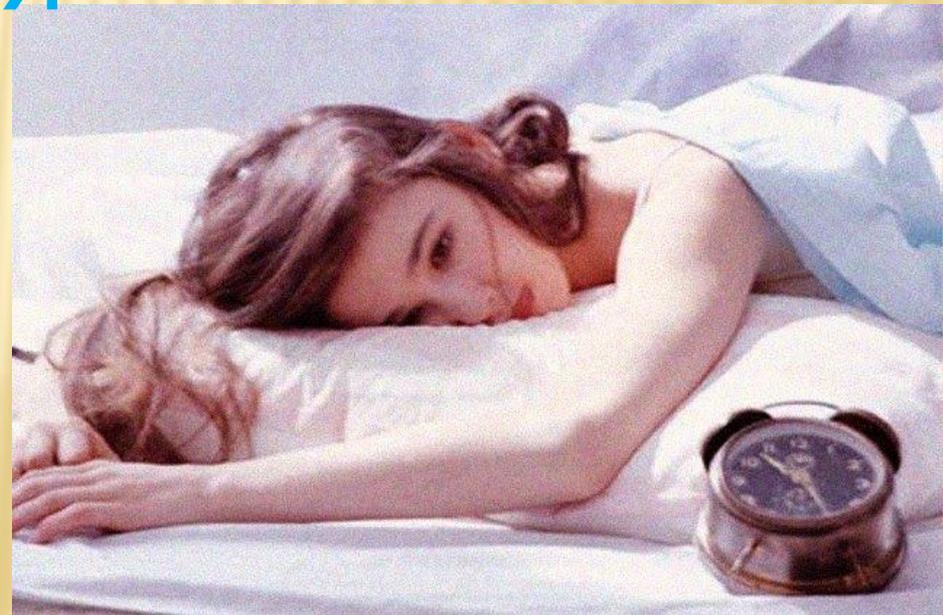
? **Атипичная депрессия**

? **Маскированная депрессия**

? **Алкогольная депрессия**

?

-
- тревожная
 - ипохондрическая
 - ажитированная
 - анестетическая
 - апатическая
 - астеническая



АТИПИЧНАЯ ДЕПРЕССИЯ

- ? отдельный вид расстройств психоэмоциональной сферы, для которого характерно сочетание типичных депрессивных симптомов и некоторых специфических признаков.
- ? Ведущие проявления атипичной депрессии: эмоциональная реактивность, чрезмерно усиленный аппетит, увеличение массы тела, повышенная сонливость.

"МАСКИ" ДЕПРЕССИИ



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ДЕПРЕССИИ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ:

- ? **акцентуации характера: эмоциональная возбудимость, склонность к бурным переживаниям, быстрая утомляемость, меланхолия**
- ? **наличие депрессивных расстройств до беременности**
- ? **депрессивные расстройства у ближайших родственников**
- ? **нежеланная беременность**

- ? беременность, протекающая с осложнениями**
- ? неблагоприятная обстановка в семье, на работе, в окружающем пространстве**
- ? серьезные психоэмоциональные потрясения во время беременности**
- ? необходимость заниматься тяжелой физической или умственной работой в ожидании малыша**
- ? сложная финансовая ситуация, жилищные проблемы и другие подобные аспекты**

ДЕПРЕССИЯ НА РАННИХ СРОКАХ БЕРЕМЕННОСТИ

- ? нежелательная беременность
- ? давление со стороны родственников
- ? долгий период бесплодия
- ? аборты, выкидыши до данной беременности
- ? трагедии в семье
- ? болезни
- ? позднее узнавание о беременности

**= угрозы выкидыша, замершая
беременность, тяжелый токсикоз,
кровотечения**

ДЕПРЕССИЯ НА ПОЗДНИХ СРОКАХ БЕРЕМЕННОСТИ

- ? Страх родов
- ? Тяжелые предыдущие роды
- ? Потеря детей (мертворождение, замершая)
- ? Изменения своего тела, физическая тяжесть
- ? Страх перед изменениями в жизни
- ? «Все уже родили! А я еще хожу!»

СИМПТОМЫ

- ? Бессонница, немотивированная раздражительность, быстрая утомляемость и постоянно подавленное настроение.
- ? Будущая мама не желает готовить приданое для малыша, наводить порядок в доме и выполнять те привычные действия, которые свойственны большинству женщин в положении.
- ? мысли о смерти, разговоры о том, что после родов жизнь закончится.
- ? апатия, пропадает интерес к собственному здоровью и состоянию своего малыша.
- ? Попытки развеселить такую женщину не приносят успеха. Во многих случаях депрессия, возникшая на поздних сроках беременности, плавно переходит в послеродовую депрессию.

ВЛИЯНИЕ ДЕПРЕССИИ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ НА РЕБЕНКА

- ? наступление преждевременных родов
- ? переносенность, необходимость стимуляции
- ? рождение маловесного, вялого ребенка с низкими базовыми рефлексамии
- ? появление проблем в физическом и интеллектуальном развитии ребенка по мере его взросления

ЧТО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ С ПРИЗНАКАМИ ДЕПРЕССИИ?

- ? 1. Обратиться к врачу!
- ? 2. Не замыкаться одной, стараться продолжать привычный образ жизни
- ? 3. Психотерапия
- ? 4. Группы для беременных
- ? 5. Поддерживать контакт с мужем, говорить о своем состоянии
- ? 6. Режим дня
- ? 7. Витамины
- ? 8. Бассейн, физ.упражнения (?)
- ? 9. Оградить себя от негативных событий

-
- ? ► Послеродовая депрессия – любое расстройство легкой и средней степени тяжести, возникающее на протяжении первого года после родов. В некоторых случаях заболевание может начинаться ещё до родов
 - ? ► Послеродовой психоз - расстройство настроения, сопровождающееся такими признаками, как потеря контакта с реальностью, галлюцинации, тяжелое расстройство мышления и патологическое поведение

ПРИЧИНЫ ПОСЛЕРОДОВОЙ ДЕПРЕССИИ

- ? 1. Тяжелые роды, осложнения
- ? 2. Больной ребенок
- ? 3. «Громкий» ребенок
- ? 4. Замкнутость наедине с ребенком
- ? 5. Плохие социальные условия
- ? 6. Недостаточная лактация
- ? 7. Ожидания мужа
- ? 8. Отсутствие поддержки мужа

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ

- ? ежегодно в среднем около 260 тыс. из 1,6 млн российских рожениц страдают послеродовой депрессией
- ? Почти каждая 3 женщина из 1000 испытывает тревожно-субдепрессивное состояние после родов, каждая 10 переживает депрессивное расстройство и 1-2 переживают **послеродовой психоз**

ОПАСНОСТЬ

- ? Истощение самой женщины для физического здоровья  опасность
- ? Отсутствие молока
- ? Нечаянное травмирование ребенка
- ? Недостаточный уход
- ? Эмоциональная депривация ребенка  эмоциональные проблемы у ребенка, частоболеющие дети
- ? Нарушения отношений в паре

ЧТО ДЕЛАТЬ С ПРИЗНАКАМИ ДЕПРЕССИИ?

- ? 1. Обратиться к врачу, прием медикаментов!
- ? 2. Психотерапия
- ? 3. Обеспечить женщине возможность час в день не заниматься ребенком
- ? 4. Поддержка семьи
- ? 5. Режим
- ? 6. Все, что хорошо вам, хорошо и ребенку!
Без жертв

«Ребёнок-это единственный человек, которому всё равно: толстая ты или худая, красивая или нет. Он любит тебя просто за то, что ты его МАМА».

