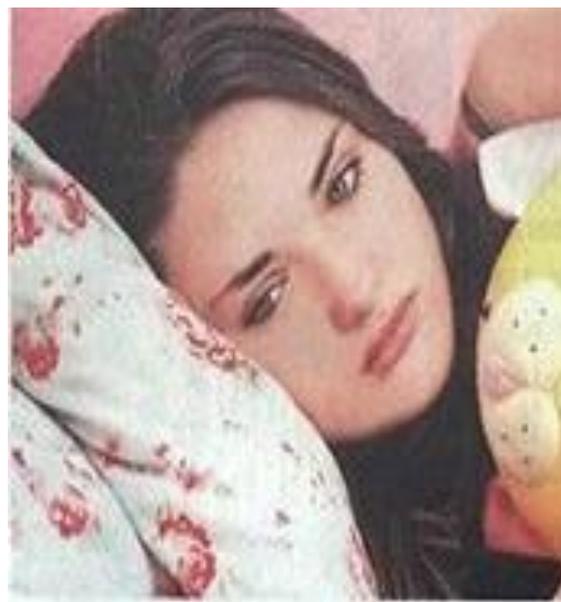


# Расстройства настроения. Депрессивные расстройства у детей и подростков



**Настроение** - это эмоциональное состояние, характеризующееся сменой радости и печали в зависимости от обстоятельств. Расстройства настроения характеризуются чрезмерной гипо- или гипертимией.

К основным расстройствам настроения относятся *депрессивные расстройства и биполярное аффективное расстройство.*



**Биполярное аффективное расстройство** характеризуется резкими, циклическими перепадами настроения между гипертимным и гипотимным полюсами. Бодрое настроение, повышенная энергичность и активность вдруг сменяются снижением настроения, понижением энергичности и активности. В зависимости от степени выраженности манического или депрессивного полюса в колебаниях настроения выделяют два типа биполярного аффективного расстройства. В случае выраженности маниакальных характеристик гипертимии речь идет о **биполярном расстройстве первого типа**. Если нарушение протекает в рамках гипоманиакальной формы гипертимии, речь идет о **биполярном расстройстве второго типа**.

**Гипертимия** — стойкое приподнятое настроение. Сопровождается повышенной профессиональной и личной активностью, повышенной социализацией.

**Гипотимия** — стойкое снижение настроения, которое сопровождается уменьшением интенсивности эмоциональной, психической и (не всегда) двигательной активности.



**Депрессивные расстройства у детей и подростков** характеризуются изменениями настроения, включающими печаль, снижение настроения или беспокойство, достаточно выраженными, чтобы влиять на функционирование или вызывать выраженное истощение. Утрата интересов и способности получать удовольствие могут быть выражены так же, и даже больше, чем изменения настроения. Диагностика основывается на анамнестических данных и результатах обследования. Лечение включает назначение антидепрессантов, психотерапию или их сочетание. Явные депрессивные эпизоды развиваются примерно у 2% детей и 5% подростков. Распространенность других депрессивных расстройств неизвестна.



## **Основные признаки депрессивного расстройства:**

- **Настроение.** Возникновение чувства печали и уныния (очень устойчивые и интенсивные). Сопутствующие: раздражительность, вина, стыд.
- **Поведение.** Усиление беспокойства и тревоги, снижение активности, замедленная речь, чрезмерная плаксивость. Ограничение социальных контактов. Возможны негативные действия, язвительные замечания другим, крик.
- **Изменение жизненных установок.** Развивается чувство собственной никчёмности и низкая самооценка. Начинают бояться будущего, считают себя неудачниками. Возникает риск суицида.
- **Мышление.** Поглощены собственными мыслями и концентрируют внимание на переживаниях. Самокритичны и застенчивы. Преобладает пессимистический взгляд на будущее. Могут винить себя за любую неудачу.
- **Физические изменения.** Нарушения сна, потеря аппетита, чувство усталости, упадок сил, частые головные боли, тошнота и т. д.

**Депрессия** — состояние, характеризующееся сочетанием подавленного настроения, снижением психической и двигательной активности с вегетативными реакциями.

### **Причины депрессии:**

- Генетический фактор;
- Ситуациями тяжелого стресса – потеря близкого человека, заболевание депрессией кого -либо из близких родственников, конфликты и трудности в школе, злоупотребление алкоголем и наркотиками.



## Депрессия у детей и подростков может проявлять себя различными клиническими формами:

- **дистимия** (легкое нарушение настроения, но большой длительности),
- **маниакально-депрессивный психоз** (когда часто сочетаются эпизоды депрессии со состояниями мании – приподнятое настроение, бессонница, большая раздражительность, разговорчивость, непослушание, чрезвычайная двигательная активность, ощущение, что они знают больше, чем их родители и учителя, повышенная сексуальность и интерес к этим темам).

У детей и подростков чаще всего на первом плане заболевания – расстройства поведения, родители часто не замечают расстройства настроения, но если расспросить такого ребенка, то он рассказывает, что он грустен, что ему скучно, что он устал, что к нему нет надежд иллюзий в жизни.



## **Типичные симптомы депрессии у детей и подростков:**

1. Повышенная раздражительность, злость, гнев
2. Частая плаксивость или грусть.
3. Потеря интереса к ранее любимым занятиям.
4. Ощущение безнадежности.
5. Повышенная утомляемость, снижение энергии.
6. Ощущение скуки.
7. Сниженная самооценка или ощущение излишней ответственности за события которые произошли или могут произойти, чувство вины .
8. Социальная изоляция и снижение коммуникабельности.
9. Снижение концентрации внимания, снижение отметок в школе, пропуски уроков.
10. Частые жалобы на физическое недомогание- головную боль, боль в животе, головокружение.
11. Изменения аппетита, нарушения сна.
12. Частые разговоры о желании убежать из дома.
13. Размышления и разговоры о смерти и желание покончить с собой

## Диагностика депрессивных расстройств у детей и подростков

Диагностика основывается на симптомах и признаках. Тщательный анализ анамнеза и соответствующее лабораторное обследование необходимы для исключения наркомании и заболеваний, таких как инфекционный мононуклеоз и болезни щитовидной железы. Анамнез должен быть направлен на выявление причинных факторов, таких как домашнее насилие, сексуальное насилие и эксплуатация, а также побочные эффекты медикаментов. Следует обязательно задать вопросы, касающиеся суицидального поведения (например, мысли, жесты, попытки).

Необходимо также иметь в виду другие психические расстройства, которые могут вызывать психические расстройства, включая тревожное и биполярное расстройства. У некоторых детей, у которых в дальнейшем развились биполярное расстройство или шизофрения, первыми симптомами были проявления тяжелой депрессии.



Лучшим лечением для детей и подростков является медикаментозное (легкими антидепрессантами последнего поколения) в сочетании с психотерапией (индивидуальной и в группе).

Антидепрессанты – это не наркотики, они не приводят к зависимости, ни изменяют личность ребенка и обычно не вызывают побочных действий. Эти медикаменты, как правило, начинают свое действие через пару недель, и через месяц возможно надо будет пересмотреть дозу. После исчезновения симптомов депрессии, лечение необходимо поддерживать еще в течение одного года, чтобы предупредить возможные рецидивы. Поскольку депрессия – хроническое заболевание, у пациентов возможны его обострения в будущем. Главное при этом будет – вовремя начать лечение, чтобы обострение не сказалось на семейной и социальной жизни больного.

Важной частью лечения депрессии у детей и подростков, а так же их семьи является психотерапия.

