

# Depresja

Stany depresyjne przeżywają nie tylko dorośli. Małe i nastoletnie dzieci również. Dziecko z objawami depresji uznaje się za chore, gdy stan depresyjny utrzymuje się u niego przez dłuższy czas.

Ocenia się, że nasilone objawy depresji występują u około 5 procent ogólnej populacji dzieci i młodzieży. Długotrwały stres, utrata osoby bliskiej, zaburzenia uwagi, trudności w uczeniu się, zaburzenia zachowania - czynią dziecko bardziej podatnym na depresję.

Małe i nastoletnie dziecko zachowuje się w depresji inaczej niż dorośli w stanie depresji. Psychiatrzy dziecięco-młodzieżowi radzą, by rodzice nie lekcewżyli sprawy, jeśli obserwują, że dziecko jest inne niż dotychczas.

## Niepokojące zachowania dziecka:

- jest stale smutne,
- nie potrafi cieszyć się ulubionymi dotąd zajęciami,
- jest nadrażliwe i rozdrażnione,
- często skarży się na dolegliwości fizyczne, zwłaszcza na bóle głowy i brzucha,
- opuszcza zajęcia szkolne i ma złe wyniki w nauce,
- wydaje się znudzone, pozbawione energii, nie potrafi się skoncentrować,
- zmienia dotychczasowe nawyki jedzeniowe oraz pory snu i czuwania.

Dziecko, które uprzednio spędzało wiele czasu na zabawie z kolegami, teraz przesiaduje samo, nie zajmując się niczym konkretnym. Dotychczasowe rozrywki przestają bawić i cieszyć. Zarówno małe dzieci, jak i nastoletnie mogą w stanie depresji mówić o śmierci i samobójstwie. Depresyjne nastolatki sięgają po alkohol i inne środki psychoaktywne, by poprawić sobie nastrój.

U dzieci, młodszych i starszych, z którymi są kłopoty wychowawcze w domu i w szkole, przyczyną złego zachowania może być właśnie depresja. Ponieważ niegrzeczne dziecko raczej nie sprawia wrażenia dziecka przygnębionego, rodzice i nauczyciele nie domyślają się, że u podłoża złego zachowania leży depresja. Często jednak na pytanie wprost, dziecko wyznaje, że czuje się nieszczęśliwe i smutne.

Wczesne rozpoznanie i leczenie mają kluczowe znaczenie w przypadku dziecka z depresją. Rodzice powinni zwrócić się do lekarza rodzinnego czy pediatry z prośbą o skierowanie do psychiatry dziecięco-młodzieżowego, który oceni stan dziecka i podejmie właściwe leczenie.