



Kam po pomoč?

Spremembe v vedenju večinoma najprej opazijo starši, ki naj strokovni nasvet poiščejo **pri osebnem zdravniku**. V primeru, ko izključi telesno bolezen, bo svetoval pregled **pri pedopsihiatru** (psihiater, ki je specializiran za zdravljenje otrok) ali **pri psihologu**.



Kako poteka zdravljenje?

Brez ustrezne pomoči (zdravljenja) je depresija dolgotrajna in se ponavlja, zdravljenje pa je v večini primerov učinkovito. Pri lažjih oblikah depresije zadostuje psihoterapija, v katero je vključen otrok/mladostnik, pogosto tudi njegovi starši. Pogovor in svetovanje večinoma izvajata pedopsihiater ali psiholog. Pri težjih oblikah depresivnosti pa je potrebno vključiti tudi zdravila, ki jih predpiše pedopsihiater.

Avtorica: mag. Katarina Stanojević, univ. dipl. psih.
Strokovni pregled: mag. Anita Prezelj, spec. klin. psih.
Zdravstveni dom Ljubljana, oktober 2009

ZDL

ZDL Community Health Centre Ljubljana
Zdravstveni dom Ljubljana
Metelkova ulica 9, 1000 Ljubljana



Depresivnost pri otrocih in mladostnikih

Depresija ni zgolj običajna žalost, ki jo v povezavi z neprijetnimi življenjskimi izkušnjami doživljamo vsi. Kadar potrtnost in spremembe v vedenju trajajo daljši čas in opazno ovirajo otroka/mladostnika pri vsakodnevem delovanju doma, v šoli in v skupini vrstnikov, je potrebno poiskati strokovni nasvet.





Depresivnost pri otrocih in mladostnikih

Depresivnost pri otrocih in mladostnikih obravnavamo v zadnjih dvajsetih letih, pred tem pa je pri strokovnjakih prevladovalo mnenje, da tovrstna problematika v teh življenjskih obdobjih ni možna. Sedaj vemo, da se depresivnost lahko pojavi tudi v otroštvu in mladostništvu. **V otroštvu je zelo redka, v obdobju mladostništva pa se število depresivnih motenj poveča.** Za to obdobje so značilne začasne spremembe razpoloženja in čustvovanja, ki predstavljajo del normalnega razvoja, ne pa depresivnih motenj. Depresija ni zgolj običajna žalost, ki jo v povezavi z neprijetnimi življenjskimi izkušnjami doživljamo vsi. **Kadar potrnost in spremembe v vedenju trajajo daljši čas in opazno ovirajo otroka/mladostnika pri vsakodnevnem delovanju doma, v šoli in v skupini vrstnikov, je potrebno poiskati strokovni nasvet.**

Razlogi za nastanek depresivnih motenj

Za nastanek depresivnih motenj je značilno **medsebojno vplivanje bioloških, psihičnih in dednih značilnosti posameznika ter dejavnikov okolja.** Začetek depresije pogosto sproži večji stresni dogodek, kot je npr. bolezen ali smrt bližnjega, ločitev staršev ali druga izguba.

Znaki depresivnih motenj

Pri ugotavljanju depresivnih motenj pri otrocih in mladostnikih smo pozorni na prisotnost in jakost naslednjih sprememb v vedenju:

- izguba interesa in zadovoljstva pri vsakodnevni aktivnosti, tudi pri tistih, ki so včasih mladostniku predstavljala vir zadovoljstva;
- težave v navezovanju kontaktov z vrstniki in umik iz vrstniških aktivnosti;
- upad šolske učinkovitosti (splošno pomanjkanje interesa za šolo, težave s koncentracijo, negativna prepričanja o šoli);
- motnje spanja (težko zaspijo, ponoči se zbudijo, težko zaspijo nazaj, zbudijo se zgodaj zjutraj);
- motnje apetita (pomanjkanje apetita in izguba telesne teže oziroma povečanje apetita in povečanje telesne teže);
- izrazita utrujenost, ki tudi po spanju ne mine in ni toliko vezana na določeno področje ali na določeno dejavnost;
- bolečine v trebuhu in glavoboli;
- vzdražljivost;
- občutja krivde;
- nizka samopodoba;
- čustva žalosti;
- razmišljanje o smrti;
- razmišljanje o samomoru;
- izrazito jokanje.

