

# افسردگی در زنان ۲ برابر بیش تر از مردان است

رئیس انجمن روان‌پزشکان ایران با اشاره به وضعیت اختلالات روان‌پزشکی و شایع‌ترین این اختلالات در گروه‌های سنی مختلف، گفت: اگر مسائل روان‌پزشکی و اختلالات روان به میزان سهمی که در بار بیماری‌ها دارند مورد توجه قرار گیرند و بودجه برای آنها تخصیص داده شود، به طور قطع میزان مشکلات سلامت روان کاهش می‌یابد.

به گزارش مادران و دختران به نقل از ایسنا دکتر وحید شریعت ، درباره پیمایش‌های سلامت روان اظهار کرد: نخستین پیمایش ملی سلامت روان در سال ۱۳۸۹ انجام شده و براساس نتایج این پیمایش، حدود ۲۱ درصد در آن بازه زمانی به اختلالات روان مبتلا بوده‌اند. همچنین دومین پیمایش سلامت روان طی سال‌های اخیر و در سال ۱۴۰۱ انجام شده، اگرچه این پیمایش به تازگی انجام شده اما نتایج را تا به این لحظه اعلام نکرده‌اند. نخستین پیمایش ملی سلامت روان که نتایج آن اعلام شده، دقیق‌ترین پیمایش انجام شده است.

## وضعیت اختلالات روان

وی ادامه داد: علاوه بر پیمایش ملی سلامت روان، برخی از پیمایش‌ها به وسیله «ابزارهای غربالگری» انجام می‌شود. اگرچه ابزارهای غربالگری به میزان دقت پیمایش ملی سلامت روان نیستند، اما تخمین خوبی از افرادی که ممکن است به اختلالات روان مبتلا باشند، ارائه می‌دهند. نتایج آخرین پیمایش غربالگری سلامت روان بیانگر این است حدود ۳۰ درصد در کشور به اختلالات روان مبتلا هستند.

## افسردگی و اضطراب؛ شایع‌ترین اختلالات روان‌پزشکی

شریعت با بیان اینکه «افسردگی» شایع‌ترین اختلال روان‌پزشکی در میان ایرانیان است، خاطرنشان کرد: پس از افسردگی، اختلال اضطرابی در جایگاه دوم شایع‌ترین اختلالات روان‌پزشکی در میان ایرانیان قرار دارد. اگرچه برخی از اختلالات روان بسیار شایع هستند اما آمار برخی از اختلالات روان در تمام کشورها تفاوت چندانی ندارد. میزان ابتلا به اختلالاتی که به شرایط ژنتیکی بسیار وابسته هستند نیز حدود یک درصد گزارش شده؛ به طور مثال میزان ابتلا به «اسکیزوفرنی» در کشور و سایر کشورها حدود یک درصد است.

## افسردگی در زنان ۲ برابر بیشتر از مردان

رئیس انجمن علمی روان‌پزشکان ایران با اشاره به اختلالات «افسردگی» و «اضطرابی» توضیح داد: به طور معمول، فراوانی اختلالات افسردگی و اضطرابی در میان زنان نسبت به مردان بیشتر است؛ میزان ابتلا به افسردگی زنان نسبت به مردان حدود دو برابر است. اگرچه پاسخ به پرسش «چرا میزان ابتلا به افسردگی در میان زنان نسبت به مردان بیشتر است؟» بسیار مفصل است اما دلایلی مانند «تغییرات هورمونی» که مربوط به مسائل بیولوژیک می‌شود و همچنین دلایلی مانند «تغییر نقش افراد»، «تفاوت در نقش‌ها»، «انتظارات از زنان»، «امکانات در دسترس زنان» و «شرایطی که جامعه به زنان تحمیل می‌کند» که جزو مسائل اجتماعی هستند، در بروز فراوانی بیشتر افسردگی در میان زنان نسبت به مردان نقش دارند.

## بیش‌فعالی؛ اختلال شایع روان‌پزشکی در کودکان

شریعت با بیان اینکه «بیش‌فعالی و کمبود تمرکز» "ADHD" شاید شایع‌ترین اختلال روان در میان کودکان باشد، توضیح داد: نوع اختلالات کودکان تا حدودی متفاوت است. «بیش‌فعالی و کمبود تمرکز» "ADHD" شاید شایع‌ترین اختلال روان در میان کودکان باشد؛ این احتمال وجود دارد ۴ تا ۸ درصد کودکان به ADHD مبتلا باشند. به نظر می‌رسد، مسائل «زیست‌شناختی» در بروز «بیش‌فعالی و کمبود تمرکز» در میان کودکان نقش دارد.

وی درباره دیگر اختلال‌های شایع روان در میان کودکان گفت: «اختلالات یادگیری» و «اختلالات طیف اوتیسم» از دیگر اختلال‌های روان شایع در میان کودکان محسوب می‌شوند. اگرچه اطلاعات چندانی درباره چرایی ابتلا به اختلالات «یادگیری» و «طیف اوتیسم» در دسترس نداریم اما این اختلالات جزو اختلال‌های رایج هستند.

رئیس انجمن علمی روان‌پزشکان ایران ادامه داد: برخی از اختلالات دیگر نیز مطرح هستند مانند اختلالات «نافرمانی مقابله‌ای» و «سلوک» که بیشتر مربوط به مسائلی مانند «چگونگی برخورد» و «تربیت» کودکان می‌شود. درمان این اختلالات، اغلب، درمان غیردارویی است. همچنین اختلالات اضطرابی مانند ترس از دیگر اختلال‌های رایج در میان کودکان است.

## کمبودهای دوره‌ای داروهای روان‌پزشکی

رییس انجمن علمی روان‌پزشکان در بخش دیگر صحبت‌هایش همچنین درباره وضعیت دسترسی به داروهای سلامت روان توضیح داد: وضعیت دسترسی به داروهای روان بسیار متغیر است. کمبودهای دارویی را به طور متناوب در هر بازه زمانی تجربه کرده‌ایم؛ شرایط دسترسی به داروهای سلامت روان به نحوی است که می‌توان لیستی از کمبودهای دارویی را در هر بازه زمانی تنظیم کرد؛ این احتمال وجود دارد که یک دارو در یک مقطع زمانی در دسترس باشد و در یک برهه زمانی دیگر در دسترس نباشد. متأسفانه، در زمینه تامین داروی حوزه روان دچار هرج و مرج هستیم که سبب بروز مشکلاتی در سال‌های اخیر شده است.

#دکتر\_رویا\_درویش\_پیشه

## ضرورت ارتقاء سواد سلامت روان

این روان‌پزشک با بیان اینکه ارتقاء «سواد سلامت روان» امری ضروری است، گفت: توصیه می‌کنم که افراد نسبت به ارتقاء سواد سلامت روان خود اقدام کنند و اطلاعات لازم مربوط به سلامت روان را از منابع معتبر کسب کنند و دانش خود را ارتقا دهند. این احتمال وجود دارد که برخی مسائل در خود یا اطرافیان آنها بروز کند که نیازمند مشورت با یک متخصص است؛ در صورت مواجهه با چنین شرایطی، می‌بایست با متخصص مشورت کنند. مشورت با متخصص به آنها کمک می‌کند تا از

چگونگی برخورد با آن مشکل مطلع شوند.

وی ادامه داد: امیدوارم، بتوانیم منابعی را فراهم کنیم و در اختیار مردم قرار دهیم تا در شرایط نیاز به آن مراجعه کنند. متأسفانه، اطلاعات نادرست در شبکه‌های اجتماعی در دسترس است و برخی به واسطه تعداد «دنبال‌کنندگانی» که دارند، نظرات شخصی خود درباره اختلالات و مسائل حوزه روان را به طور وسیع نشر می‌دهند. مردم می‌بایست نسبت به کسب اطلاع درباره مسائل مربوط به اختلال روان از منابع معتبر توجه کنند.

## **توجه به سلامت روان امری ضروری**

رئیس انجمن علمی روان‌پزشکان ایران با بیان اینکه متأسفانه سیاستگذاران نسب به اهمیت مسائل سلامت روان آگاه نیستند، تصریح کرد: مسائل سلامت روان نسبت به سایر مشکلات حوزه سلامت مورد توجه قرار نمی‌گیرد. اگر مسائل روان‌پزشکی و اختلالات روان به میزان سهمی که در بار بیماری‌ها دارند مورد توجه قرارگیرند و بودجه برای آنها تخصیص داده شود، به طور قطع، میزان مشکلات سلامت روان کاهش می‌یابد.