

درمان افسردگی در سالمندان

روانپزشکان معتقدند که اختلال افسردگی تفاوت‌هایی با افسردگی در بزرگسالان دارد و روش درمانی نسبتاً پیچیده‌تری را طی می‌کند. یکی از دلایل این مسئله افزایش سن افراد است که تغییرات در تفکر و سبک زندگی را دشوارتر خواهد کرد به همین دلیل درمان افسردگی در آنها متفاوت است. سالمندانی که در سنین بالا اختلال افسردگی در آنها دیده می‌شود دائماً در غم و اندوه به سر می‌برند و اضطراب آنها را احاطه کرده است. نسبت به زندگی احساس پوچی دارند.

مسائل بی‌اهمیت در نظر آنها سبب ایجاد احساس گناه می‌شود و درمان‌دهی زیادی را به همراه دارد.

ممکن است گاهی افکار خودکشی به ذهن آنها خطور کند و اقدامی برای آن داشته باشند. از دیگر علائم افسردگی در سالمندان مشکلات خواب است. برخی در بیشتر ساعات شبانه روز در رختخواب هستند و برخی بی‌خواب می‌شوند. اما روش‌های درمانی موجود در بسیاری از موارد این مشکلات را کاهش داده و فرد را به زندگی عادی برمی‌گرداند.

درمان افسردگی در سالمندان

روانپزشکان روش‌های مختلفی را برای درمان افسردگی به کار می‌گیرند. در ادامه به چند روش درمانی شایع اشاره خواهیم کرد:

تجویز دارو

افسردگی منشأ زیستی در بدن دارد و تغییرات هورمونی بدن یکی از دلایل بروز آن است؛ بنابراین اگر بتوان با روش‌هایی میزان ترشح هورمون‌های منظور را کنترل کرد تا حد زیادی علائم افسردگی نیز کنترل خواهد شد. معمولاً روان‌درمانی و دارو درمانی در کنار هم پاسخ بهتری می‌دهد و مدت زمان بهبود کوتاه‌تر خواهد شد.

روان‌درمانی

در روان‌درمانی، روان‌شناس از طریق راهبردهای مختلف سعی دارد برای کنترل رفتارهایی که به دنبال اختلال ایجاد شده کمک کند. به این منظور در چندین جلسه، راهکارها را به فرد ارائه می‌دهد و با افکار وی آشنا می‌شود. بسته به شدت اختلال افسردگی سالمندان تعداد این جلسات مشخص می‌شود. تحقیقات نشان داده است که این روش در 75 درصد

مواقع تغییر فکری و رفتاری لازم را در بیماران به وجود می‌آورد.

الکتروشوک درمانی

مرحله سوم درمان اختلال افسردگی الکتروشوک درمانی است. این روش در صورتی که روان درمانی و تجویز دارو نتواند درمان لازم را ایجاد کند، انجام می‌شود. به این منظور الکترودهایی روی استخوان جمجمه در نقاطی خاص قرار داده می‌شود و جریان برق با شدت مشخص و ملایم وارد این نقاط می‌شود. جریانی با شدت 70 تا 120 ولت برای مدت زمان بسیار کوتاه اعمال شده و یک تشنج مصنوعی را به وجود می‌آورد.

تحریک مغناطیسی مغز

همان‌طور که گفته شد افسردگی شدت مختلفی دارد و علائم آن در هر فرد متفاوت بروز می‌کند. برخی افراد ممکن است نشانه‌های زجرآوری مانند حالت تهوع و خستگی مفرط را در دوره بروز افسردگی تجربه کنند. درمانی که روانپزشک در این شرایط توصیه دارد تحریک مغناطیسی مغز یا rTMS است. در این روش که بدون بیهوشی انجام می‌گیرد و تأثیر به‌سزایی در بهبود اختلال می‌شود، نقاط مشخصی از مغز توسط دستگاه فعال می‌شود تا علائم اختلال را کاهش دهد. روش‌های گفته شده در درمان اختلال افسردگی سالمندان مرسوم هستند و با تشخیص دگر اعصاب و روان برای بیمار انجام می‌شود.

دکتر فرامرز زاکری به عنوان روانپزشک می‌تواند به درمان افراد در حوزه‌های مختلف کمک کند. شما برای اطلاعات بیشتر می‌توانید به وبسایت ایشان به آدرس www.dr-zakeri.com مراجعه کنید.