

A depresszió gyógyszerei

Korunk egyik leggyakoribb hangulati betegsége a depresszió. A statisztikai adatok szerint a felnőttek legalább 20%-a életében egyszer átesik egy súlyos depressziós szakaszon, de sajnos sokaknál ez az állapot rendszeresen visszatér anélkül, hogy okait közzel foghatón bizonyítani lehetne.

Sokan úgy tartják, hogy az alkoholizmus, drogfogyasztás és más, káros szenvedélyek, az éngyilkossági ká-sárlatok tőbbnyire összefüggésbe hozhatók a depresszióval. Ezen felül az is kiderült, hogy a depressziós emberek munkavégző képessége rosszabb, á-gy hamarabb lesznek munkanélküliek, valamint a családi konfliktusokat sem tudják kezelni, á-gy tőbb kázzáttá-k az elvált, egyedül élő. Az is biztos, hogy a betegség a városiasodás és a társított információ-áradat kávetkezménye, hiszen azoknál a népeknél, akik ma is természetes, nomád kárlálmányek kázzáttá-lnek, a depresszió ismeretlen kár.

Á

Árulkodás jelek

A depressziónak számos társulata van. Nagyon gyakori a fáradékonyság, kedvetlenség, esetleg ingerlékenység. Szinte minden esetben jelentkezik az álmatlanság is. A betegek mindenfajta tevékenységükben ártalmatlannak vélik, nagyon gyakori az ehhez társított bűntudat és ányid. Csőken az emlékezés és a döntésképesség, gyakoriak a halállal kapcsolatos gondolatok. Ká-sárlat lehet még az átvagy megváltozása, áár a társított áhság, áár az átvágytalanság formájában. Akiknél ezek a társulatok fennállnak, azok mindenképpen orvosi kezelésre szorulnak, amely magában foglalja mind a gyógyszeres, mind pedig a nem gyógyszeres eljárásokat.

Á

Álmatlanságot okozhat

Háár a depresszió nem á-rható le úgy, mint az agy biokémiai folyamatainak a megváltozása, mégis felfedezték, hogy bizonyos anyagoknak a mennyisége a depressziós emberek agyában jelentősen csőken. Ezek kázzá-l a kő legfontosabb a szerotonin és a noradrenalin. Áppen ezért azok a gyágyeszeres, amelyeket manapság e betegség kezelésére alkalmazunk, ezeknek az anyagoknak a szintjét nállelik a kőzponti idegrendszerben. Egyes szerek megakadályozzák, hogy ezeket a vegyületeket az idegsejtek visszavegyék a sejtek kázzti tárból, más szerek pedig gátolják az agyban a lebomlásukat. A régebbi hatóanyagok, mint pl. az amitriptilin, klomipramin, tranilcipromin komoly mellékhatásokkal bírtak, mivel hatásuk nem volt elég specifikus, ugyanakkor az ájobb szerek, mint pl. reboxetin, fluoxetin, paroxetin, venlafaxin áár lányegében csak a szerotonin vagy csak a noradrenalin rendszert befolyásolják. Ezek a szerek leggyakrabban ámelygást, hányást, hasi panaszokat okozhatnak mellékhatásaikként, de ezek általában

Életmeneti jellegűek. Általános mellékhatásuk az álmatlanság, ezért valamennyi depresszió ellenes szert reggel, délelőtt kell bevenni, hogy az éjszakai nyugalmat ne zavarják.

Á

Nem hatnak azonnal

A depresszió elleni szerek egyik sajátossága, hogy legalább két hétig kell szedni őket folyamatosan ahhoz, hogy hatásuk érezhető legyen. Azaz senki ne várja azt ezektől a gyógyszerektől, hogy úgy hatnak, mint a fájdalomcsillapítók, amelyek fél-egy órán belül már kifejtik hatásukat. A szereket egyébként legalább 6-8 hétnapig kell szedni, ezután a szakorvos csökkentheti, és fokozatosan abbahagyhatja a kezelést, de a hirtelen, hirtelenkészes gyógyszermegvonás súlyos káros következményekkel járhat, ezért ne legyünk a saját magunk "őrzösei"! Az is előfordulhat, hogy a depresszió mártáka olyan súlyos, vagy olyan gyakran jelentkeznek a tünetek, hogy akár éveig, évtizedekig is szedni kell a gyógyszereket.

Nagyon fontos tudni, hogy a depresszió ellen alkalmazott gyógyszerek májszervi gyógyszerekkel egyidejűleg szedve súlyos, akár életveszélyes állapotokat is előidézhetnek. Ezért bármilyen új gyógyszert árnak fel a kezelés során, vagy akár saját magunk vesznék recept nélkül fél gyógyszer a gyógyszerárban, feltétlenül hívjuk fel az orvos és a gyógyszerész figyelmét arra, hogy depresszió ellenes szereket szedünk. A recept nélkül fél vésrlésnél kálánál senki figyeljen oda a megfázás elleni gyógyszerekre, mert számos készítmény tartalmaz olyan komponenst, amelyik a depresszió elleni szerekkel egyidejűleg akár súlyos vérnyomás emelkedést is okozhat.

A recept nélkül fél vésrlés kapcsolatban meg kell említeni az orbáncfű kivonatokat (hipericin) tartalmazó, szintén depresszió elleni gyógyszereket. Fontos tudni, hogy ezek a készítmények is csak 2-3 hétig utat fejtenek ki hatásukat, ezért türelemmel kell lenni ez időszakban. Az orbáncfűnek két olyan mellékhatása is van, amelyet feltétlenül figyelembe kell venni. Az egyik, hogy gyorsítja májszervi gyógyszerek szervezetből való kiürülését, ezáltal gyengíti hatásukat. Így pl. a véráramlását gátló vagy a fogamzásgátló szerek akár hatástalannak is válhatnak. Ezért orbáncfű tartalmazó készítmény vésrlés esetén feltétlenül jelezzük a gyógyszerésznek, hogy egyébként is szedünk! A másik fontos mellékhatás, hogy a bőrt érzékenyíti a napfényre, így ha valaki orbáncfűkora alatt napozik, gyorsabban leég. Ezért ilyen gyógyszerek alkalmazásának idején tartózkodjunk a közvetlen napfénytől!

Á

Természetes gyógyszerek

A depresszió kezelésének és megelőzésének természetesen nem gyógyszeres útja is. A kiegyensúlyozott táplálkozás, a rendszeres alvás, a rendszeres testmozgás és a kiegyensúlyozott lelki élet, hit Isténben

bizonytalan tájékozódást, illetve gyász-tájképet. Mindezek nagyobb az össze-visszaság, a rendtelenség, a kimerítő és a családok az életünkben, annál nagyobb az esélyünk a depresszióra. Ha azonban a mai lelki életünknek nincsenek anyagi gazdagságokra támaszkodó helyett a lelkünk nyugalomát keressük, akkor nagy valószínűséggel a depresszió is messze el fog kerülni bennünket.