

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 kísérletek ténylegire szívesen hozhatók a depresszióval. Ezen felül az is kiderült, hogy a depressziós emberek munkavégző képessége rosszabb, és gyorsabban lesznek munkanélküliek, valamint a családi konfliktusokat sem tudják kezelni, és gyorsabban károsítják az elvált, egyedül élő. Az is biztos, hogy a betegség a várossodás és a társított információ-átadás károsítója, hiszen azoknál a népességben, akik ma is természetes, normál körülmények között élnek, a depresszió ismeretlen.

Á

Árulkodó jelek

A depressziónak számos tünete van. Nagyon gyakori a fáradékonyság, kedvetlenség, esetleg ingerlékenység. Szinte minden esetben jelentkezik az álmatlanság is. A betegek mindenféle tevékenységükben érzéketlenek, és nagyon gyakori az ehhez társított bűntudat és érvénytelenség. Csökkent az emelkedési és döntési képesség, gyakoriak a halállal kapcsolatos gondolatok. Késztetés lehet még az étvágy megváltozása, akár a társított étkezés, akár az étvágytalanság formájában. Akiknél ezek a tünetek fennállnak, azok mindenképpen orvosi kezelésre szorulnak, amely magában foglalja mind a gyógyszeres, mind pedig a nem gyógyszeres eljárásokat.

Á

Álmatlanságot okozhat

Hátr a depresszió nem áthat le úgy, mint az agy biokémiai folyamatainak a megváltozása, mégis felfedezték, hogy bizonyos anyagoknak a mennyisége a depressziós emberek agyában jelentősen csökken. Ezek közül a legfontosabb a szerotonin és a noradrenalin. Áppen ezért azok a gyógyszerek, amelyeket manapság a betegség kezelésére alkalmazunk, ezeknek az anyagoknak a szintjét növelik a központi idegrendszerben. Egyes szerek megakadályozzák, hogy ezeket a vegyületeket az idegsejtek visszavegyék a sejtek felületéről, és más szerek pedig gátolják az agyban a lebomlást. A régebbi hatóanyagok, mint pl. az amitriptilin, klomipramin, tranilcipromin komoly mellékhatásokkal bírtak, mivel hatásuk nem volt elég specifikus, ugyanakkor az újabb szerek, mint pl. reboxetin, fluoxetin, paroxetin, venlafaxin már lényegében csak a szerotonin vagy csak a noradrenalin rendszert befolyásolják. Ezek a szerek leggyakrabban álmelygést, hányást, hasi panaszokat okozhatnak mellékhatásaikkal, 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 "őrzőorvosai"! 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 máis gyógyszerekkel együtt szedve súlyos, akár életveszélyes állapotokat is előidézhetnek. Ezért bármilyen gyógyszer Árnak fel a kezelés során, vagy akár saját magunk vesznék recept nélküli gyógyszer a gyógyszerárban, feltétlenül hívjuk fel az orvos és a gyógyszerész figyelmét arra, hogy depresszió ellenes szereket szedünk. A recept nélküli vésáriásnál károsan figyeljük oda a megfázás elleni gyógyszerekre, mert számos készítmény tartalmaz olyan komponenst, amelyik a depresszió elleni szerekkel együtt súlyos vérnyomás emelkedést is okozhat.

A recept nélküli vésáriáknak kapcsolón meg kell említeni az orbáncfűkivonatokat (hipericin) tartalmazó, szintén depresszió elleni gyógyszereket. Fontos tudni, hogy ezek a készítmények is csak 2-3 hét utón fejtik ki hatásukat, ezért türelemmel kell lenni ez időszakban. Az orbáncfűnek két olyan mellékhatása is van, amelyet feltétlenül figyelembe kell venni. Az egyik, hogy gyorsítja máis gyógyszerek szervezetből való kiürülését, ezáltal gyengíti hatásukat. Ágy pl. a vérárvadáságtól vagy a fogamzásgátlók szerek akár hatástalanná is válhatnak. Ezért orbáncfű tartalmazó készítmény vésáriáknak esetében feltétlenül jelezzük a gyógyszerésznek, hogy egyébként szereket is szedünk! A máis fontos mellékhatás, hogy a bőrt érzékenyíti a napfényre, Ágy 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 ája is. A kiegyensúlyozott táplálkozás, a rendszeres alvás, a rendszeres testmozgás és a kiegyensúlyozott lelki élet, hit Isténben

bizonytalan tartják, illetve gyógytípusok ezt a modern kori betegséget.
Minél nagyobb az össze-visszaság, a rendtelenség, a kimerültség és a család is
az életünkben, annál nagyobb az esélyünk a depresszióra. Ha azonban a mai lelki
értékek nélkül, anyagi gazdagságra törekvő életmód helyett a lelkünk
nyugalmát keressük, akkor nagy valószínűséggel a depresszió is messze el fog
kerülni bennünket.