

# DEPRESJA POPORODOWA U MĘŻCZYŹN

DR N. MED. MAŁGORZATA PISKORZ – SZYMENDERA

DR N. O ZDR. JOANNA ŻURAWSKA

Zakład Praktycznej Nauki Położnictwa,

Wydział Nauk o Zdrowiu,

Uniwersytet Medyczny im. K. Marcinkowskiego

w Poznaniu



# DEPRESJA

- **Nie** jest wymówką czy lenistwem,
- **jest chorobą** jak, nadciśnienie tętnicze, cukrzyca i inne choroby przewlekłe,
- jest chorobą, która może pojawić się u dziecka, osoby dorosłej, kobiety w ciąży, ojca po porodzie, osoby starszej,
- jest chorobą, którą można skutecznie i należy leczyć.



## DEPRESJA - EPIDEMIOLOGIA

- WEDŁUG SZACUNKÓW światowej organizacji zdrowia (WHO) ponad 350 mln ludzi cierpi na depresję,
- w obecnych rankingach najczęściej występujących chorób na świecie zajmuje trzecie miejsce,
- Światowa Organizacja Zdrowia przewiduje, iż w 2030 r. depresja stanie się najczęściej diagnozowaną chorobą śmiertelną,
- z powodu depresji każdego roku umiera około miliona osób,
- w Polsce na depresję cierpi około 1,5 mln ludzi,
- depresja najczęściej diagnozowana jest u osób w wieku 20-40 lat, dotyka co piątą kobietę i co dziesiątego mężczyznę,
- 40% - 80% osób chorujących na depresję ma myśli samobójcze, a u 15% chorych próby samobójcze są skuteczne.

# DEPRESJA

- depresją zaliczana jest do zaburzeń nastroju, opisywana jako zaburzenia afektywne,
- w nomenklaturze psychiatrycznej używa się sformułowania epizod depresyjny (pojedyncze zaburzenie nastroju), lub zaburzenia depresyjne nawracające,
- podstawową cechą depresji jest negatywny odbiór obrazu własnej osoby w aspekcie poznawczym (pesymistyczne przekonania i oczekiwania) i emocjonalnym (smutek, przygnębienie, poczucie winy).

# DEPRESJA – EPIZOD DEPRESYJNY

- OBJAWY EPIZODU DEPRESYJNEGO:

- obniżenie nastroju,
- osłabienie koncentracji uwagi,
- niska samoocena i mała wiara w siebie,
- poczucie winy i niskiej wartości,
- pesymistyczne, czarne widzenie przyszłości,
- myśli i próby samobójcze,
- utrata zainteresowań i radości przy wykonywaniu ulubionych czynności,
- narastanie depresji w godzinach porannych,
- spowolnienie psychoruchowe,
- utrata apetytu, ubytek masy ciała.

# DEPRESJA – MĘŻCZYŻNA, KOBIETA

- Zaburzenia depresyjne u kobiet stanowią 20% - 25%,
- zaburzenia depresyjne u mężczyzn stanowią 7% - 12%,
- depresja u mężczyzn znacznie częściej niż u kobiet pozostaje nierozpoznana i nieleczona, co może być przyczyną zwiększonej liczby samobójstw.



# DEPRESJA MĘŻCZYŹN A DEPRESJA KOBIET – RÓŻNICE

Kobiety	Mężczyźni
<ul style="list-style-type: none"><li>^ pierwszy epizod depresji występuje w młodszym wieku.</li><li>^ w ciągu życia większa liczba epizodów depresji</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>^ częściej żonaci niż samotni</li><li>^ agresja, wybuchy złości</li><li>^ obecne są cechy dwubiegowości w zachowaniu</li><li>^ nadużywają alkoholu</li><li>^ nadużywają substancji psychoaktywnych</li><li>^ mają trudność w kontrolowaniu emocji</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>^ w ciągu życia więcej podejmowanych prób samobójczych</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>^ depresji towarzyszą choroby układu krążenia</li><li>^ jako przyczynę depresji wymieniają problemy zdrowotne i prawne</li><li>^ popełniają samobójstwa, będąc pod wpływem alkoholu i narkotyków, silniejszy jest również u nich związek między nadużywaniem substancji psychoaktywnych</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>∨ depresji towarzyszą zaburzenia lękowe z atakami paniki i agorafobią oraz zaburzenia lękowe uogólnione</li><li>∨ jako przyczynę depresji wymieniają problemy i konflikty interpersonalne</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>∨ depresji towarzyszą zaburzenia odżywiania, lęk i zaburzenia metaboliczne</li><li>∨ zgłaszają się do profesjonalistów z powodu depresji</li><li>∨ (istotnie) przed dokonaniem samobójstwa poszukują pomocy w placówkach zajmujących się zdrowiem psychicznym</li></ul>

# DEPRESJA POPOPORODOWA U OJCÓW

- Depresja poporodowa dotyka 6% - 13% nowych rodziców, zarówno kobiet, jak i mężczyzn,
- szacuje się, że około 10% ojców doświadcza epizodu depresji,
- u ojców najczęściej objawy depresji występują w 3 do 6 miesiącu po porodzie,
- jeśli matka choruje na ciężką depresję, to ryzyko zachorowania u ojca zwiększa się o 50%.



# CZYNNIKI RYZYKA DEPRESJI POPORODOWEJ U MĘŻCZYŹN

- Mała satysfakcja ze związku,
- wcześniejsza historia epizodów depresji u mężczyzny,
- objawy depresji u mężczyzny w okresie ciąży partnerki,
- cecha lęku w osobowości,
- objawy depresyjne u partnerek w późnym okresie ciąży,
- starszy wiek ojców,
- gorsza jakość snu,
- trudności finansowe.

# OBJAWY DEPRESJI POPORODOWEJ U MĘŻCZYŹN

- W KLASYFIKACJI „DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF MENTAL DISORDERS (DSM-V)” OPIS OBJAWÓW DEPRESJI POPORODOWEJ NIE RÓŻNI SIĘ OD INNYCH TYPÓW DEPRESJI, JEDNAK U OJCÓW MOŻE SIĘ ONA PRZEJAWIAĆ ODMIENNIE NIŻ U KOBIET:
  - uczucie lęku,
  - frustracja,
  - złość,
  - poczucie bezradności,
  - poczucie braku wsparcia,
  - uczucie chaosu,
  - ryzykowne zachowania,
  - tendencja do nadużywania substancji (alkohol, narkotyki),
  - izolacja społeczna.



# DEPRESJA POPORODOWA U MĘŻCZYŹN - KONSEKWENCJE

- Pogorszenie funkcjonowania zawodowego,
- zaburzenie komunikacji z dzieckiem,
- stosowanie używek,
- stosowanie przemocy wobec członków najbliższej rodziny,
- wybuchy gniewu.



# DEPRESJA POPORODOWA U MĘŻCZYŹN - DIAGNOSTYKA

- Wnikliwa diagnostyka nastawiona na wykrywanie objawów męskiej depresji ujawnia znacząco mniejsze różnice pomiędzy kobietami a mężczyznami w jej rozpowszechnieniu.
- WŚRÓD STOSOWANYCH KWESTIONARIUSZY NAJCZĘŚCIEJ WYKORZYSTYWANE SĄ:
  - Edynburska Skala Depresji Poporodowej (ESDP).
  - Skala Do Oceny Ryzyka Męskiej Depresji (MDRS-22, The Male Depression Risk Scale).
  - Gotlandzka Skala Męskiej Depresji (GDMS, Gotland Male Depression Scale) w polskiej adaptacji autorstwa J. Chodkiewicza.

# DEPRESJA POPORODOWA U MĘŻCZYŹN - LECZENIE

- LEKI PRZECIWDEPRESYJNE,
- PSYCHOTERAPIA.



## DEPRESYJNY RODZIC I JEGO DZIECKO

- Depresyjny rodzic traci zainteresowanie dzieckiem i jego potrzebami,
- komunikacja werbalna i niewerbalna ulega ograniczeniu. jeżeli interakcje są obecne, to dużo w nich napięcia, smutku, złości,
- depresyjny rodzic kieruje do swojego dziecka komunikaty o braku wiary w jego możliwości i zdolności,
- oddziaływania rodzicielskie depresyjnego rodzica są często niekonsekwentne (od nadmiernych wymagań do zbytnej pobłażliwości),
- obserwujące rodziców dziecko na drodze naśladownictwa i modelowania przejmuje stereotypy myślowe, wzorce, sposoby funkcjonowania, które stają się utrwalonymi cechami jego osobowości.



# LITERATURA

1. TALAROWSKA M. *DEPRESJE U MĘŻCZYŹN. PRZYCZYNY, DIAGNOZA, LECZENIE. MEDICAL EDUCATION, WARSZAWA 2020.*
2. SOKÓŁ – SZAWAŁOWSKA J. *DEPRESJA OKOŁOPORODOWA U OJCÓW – NIEZAUWAŻALNY OBSZAR PSYCHIATRII. PSYCHIATRIA, TOM 17, NR 1, 36-40, VIA MEDICA 2020.*
3. HIDEKAZU NISHIGORI, TAKU OBARA, TOSHIE NISHIGORI, HIROHITO METOKI I WSP. *THE PREVALENCE AND RISK FACTORS FOR POSTPARTUM DEPRESSION SYMPTOMS OF FATHERS AT ONE AND 6 MONTHS POSTPARTUM: AN ADJUNCT STUDY OF THE JAPAN ENVIRONMENT & CHILDREN'S STUDY. J MATERN FETAL NEONATAL MED. 2020, 2797-2804.*
4. S GLASSER, L LERNER-GEVA. *FOCUS ON FATHERS: PATERNAL DEPRESSION IN THE PERINATAL PERIOD. PERSPECT PUBLIC HEALTH, 2019, 139 (4), 195-198.*

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants

frse  
Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji

# DZIĘKUJĘMY

