



Ελληνική Δημοκρατία
Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό
Ίδρυμα Ηπείρου

Νοσηλευτική Ψυχικής Υγείας

Ενότητα 6: Κατάθλιψη: Συναισθηματικά, Σωματικά, Γνωσιακά,
Συμπεριφορικά Συμπτώματα

Μαίρη Γκούβα



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ανοιχτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο ΤΕΙ Ηπείρου



ΤΕΙ ΗΠΕΙΡΟΥ



ανοιχτά μαθήματα
open courses

Τμήμα Νοσηλευτικής

Νοσηλευτική Ψυχικής Υγείας

Ενότητα 6: Κατάθλιψη: Συναισθηματικά, Σωματικά, Γνωσιακά, Συμπεριφορικά Συμπτώματα

Μαίρη Γκούβα

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια

Ιωάννινα, 2015



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.





Χρηματοδότηση

- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «**Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση**» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.
- Το έργο «**Ανοιχτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο ΤΕΙ Ηπείρου**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Σκοποί ενότητας

- Ανάπτυξη ιδεών για τα συμπτώματα της κατάθλιψης και την εμφάνισή της στο σύγχρονο πολιτισμό.
- Κλινικές Περιπτώσεις ούτως ώστε να διερευνηθούν τα αίτιά της και με κριτική και συνθετική σκέψη και προσπάθεια εφαρμογής της προηγηθείσας γνώσης στην πράξη με τις εκπαιδευτικές τεχνικές της ομάδας εργασίας και της προσομοίωσης, να συναντηθούν οι φοιτητές με πιθανές απαντήσεις και να βιώσουν τη θεραπευτική διαδρομή για την εξεύρεση απαντήσεων στα ζητήματα που απορρέουν από τα συμπτώματα της κατάθλιψης.



Περιεχόμενα ενότητας

- Το Σύμπτωμα της Κατάθλιψης.
- Κλινικές Εκδηλώσεις της Κατάθλιψης.
- Νοσηλευτικές Δεξιότητες και Παρεμβάσεις στα πλαίσια της Νοσηλευτικής Ψυχικής Υγείας καθώς και στην Κλινική και Κοινωνική Νοσηλευτική.



Διάθεση

Μία συνεχόμενη κατάσταση του θυμικού, που επηρεάζει τη ζωή και την προσωπικότητα του ατόμου.

Οι αλλαγές στη διάθεση είναι μια φυσιολογική συνθήκη.

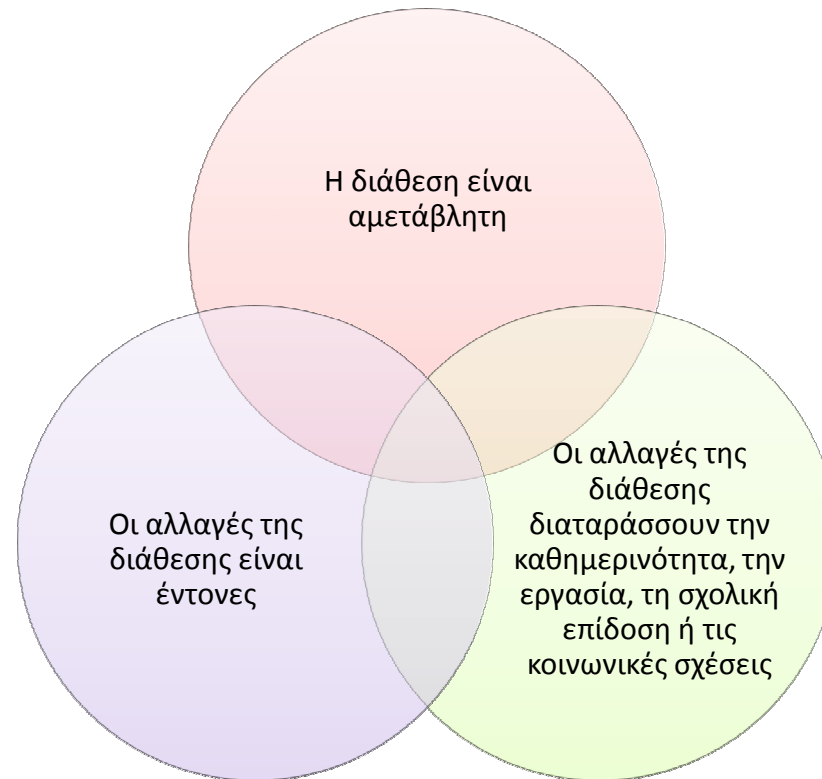


Συναίσθημα

Ο τρόπος
εξωτερίκευσης
της διάθεσης

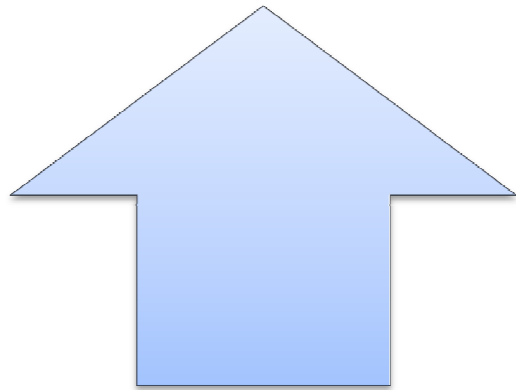


Διαταραχή της διάθεσης

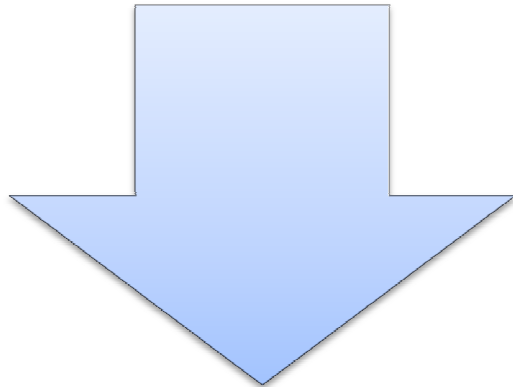




Το φάσμα της διάθεσης



Μανία



Κατάθλιψη



Τα συμπτώματα της κατάθλιψης





Συναισθηματικά συμπτώματα

✓ Καταθλιπτική διάθεση

Λύπη
Θλίψη
Απογοήτευση
Απελπισία
Κλάματα

✓ Ανηδονία

Απώλεια του ενδιαφέροντος ή της ευχαρίστησης από δραστηριότητες που προηγουμένως ήταν ευχάριστες

✓ Άγχος

Εσωτερική δυσφορία
φόβος
Αίσθημα επικείμενου κινδύνου
Ευερεθιστότητα
Κρίσεις πανικού

✓ Ενοχές



Γνωσιακά συμπτώματα

- ✓ Δυσκολία λήψης αποφάσεων
- ✓ Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- ✓ Αυτοκτονικός ιδεασμός
- ✓ Αυτομομφή
- ✓ Κινδυνολογία
- ✓ Έλλειψη ελπίδας για το μέλλον
- ✓ Σκέψεις αναξιότητας, ανεπάρκειας, αποτυχίας, ανικανότητας, ανημπόριας
- ✓ Ψυχωτικά συμπτώματα
 - Ψευδαισθήσεις
 - Παραληρητικές ιδέες
- ✓ Δυσκολία συγκέντρωσης, επιβράδυνση της σκέψης, έκπτωση της μνήμης



Συμπεριφορικά συμπτώματα

- ✓ Μείωση ή απουσία συμμετοχής σε απλές καθημερινές δραστηριότητες, σε κοινωνικές-επαγγελματικές-σχολικές δραστηριότητες
- ✓ Κοινωνική απόσυρση και απομόνωση



Σωματικά συμπτώματα

✓ **Διαταραχή του ύπνου**

Αϋπνία ή υπερυπνία

✓ **Διαταραχή της όρεξης**

Αύξηση ή ελάττωση της όρεξης

✓ **Κόπωση, εξάντληση, απώλεια ενέργειας**

✓ **Πονοκέφαλοι, πόνοι στη μέση, πόνος στο στήθος, κράμπες, ναυτία, έμετος, δυσκοιλιότητα, οπισθοστερνικό κάψιμο, δυσκολία στην αναπνοή, υπέρπνοια**

✓ **Ελάττωση της σεξουαλικής διάθεσης**

✓ **Ψυχοκινητική διέγερση** (εκνευρισμός, ανησυχία, ένταση, βηματίζουν πάνω κάτω, στριφογυρνούν τα χέρια τους, τραβούν τα μαλλιά-το δέρμα-τα ρούχα τους, παραπονιούνται ή φωνάζουν)

ή **ψυχοκινητική επιβράδυνση** (σε σκέψη-λόγο-κινήσεις, φτωχές ή μονολεκτικές απαντήσεις, μονότονος και βραδύς λόγος, απλανές βλέμμα, αργές κινήσεις, κατατονία)

✓ **Ατημέλητη εξωτερική εμφάνιση**

✓ **Παραμέληση της ατομικής υγιεινής**



Αιτιολογία

Βιολογικές θεωρίες

Ψυχολογικές θεωρίες



Βιολογικές Θεωρίες

Αλλοιώσεις στη νευροχημική λειτουργία

- Ντοπαμίνη,
σεροτονίνη,
νορεπινεφρίνη

Γενετική προδιάθεση

- Υψηλά ποσοστά
κατάθλιψης σε
διδύμους με έναν ή
και τους δύο γονείς
με μείζονα
καταθλιπτική
διαταραχή

Ενδοκρινικές ή ορμονικές μεταβολές

- Δυσλειτουργίες του
θυρεοειδούς
- Δυσλειτουργία του
άξονα υποθάλαμος-
υπόφυση-
επινεφρίδια

Κιρκάδιοι ρυθμοί

- Διαταραχή του
κύκλου ύπνου-
εγρήγορσης



Ψυχολογικές Θεωρίες

Ψυχαναλυτική προσέγγιση

- Απώλεια μέρους του Εγώ ή συμβολικού αντικειμένου κατά την πρώιμη ζωή
- Γεγονός πυροδότησης (απώλεια ατόμου ή αντικειμένου)
- Οργή που στρέφεται προς τον εαυτό

Γνωσιακή προσέγγιση

- Το άτομο αντιλαμβάνεται τα στρεσογόνα γεγονότα ως αρνητικά

Συμπεριφορική προσέγγιση

- Συναισθήματα αδυναμίας και αναξιότητας κατά τα πρώτα χρόνια ανάπτυξης
- Το ενήλικο άτομο εκτιμά ως αρνητικές όλες τις καταστάσεις



Νοσηλευτικοί στόχοι 1/2

- Να παραμείνει ο ασθενής ασφαλής χωρίς επιθυμία να βλάψει τον εαυτό του ή τους άλλους
- Να εξωτερικεύει λεκτικά τις αυτοκτονικές προθέσεις και να δεσμευτεί με συμβόλαιο ότι δε θα βλάψει τον εαυτό του ή τους άλλους
- Να εκφράζει λεκτικά την απουσία πρόθεσης ή σχεδίου αυτοκτονίας ή δολοφονίας
- Να εκφράζει την επιθυμία να ζήσει
- Να εγκαταστήσει ένα πρότυπο ανάπαυσης/δραστηριότητας/ύπνου



2/2

- Να είναι σε θέση να αυτοεξυπηρετείται
- Να αλληλεπιδρά κοινωνικά
- Να γνωρίζει τα χαρακτηριστικά της διαταραχής του, τα εκλυτικά γεγονότα και τα προληπτικά μέτρα
- Να γνωρίζει τα φάρμακα που λαμβάνει (δράση, δοσολογία, ανεπιθύμητες ενέργειες)
- Να εξασκεί τις επικοινωνιακές δεξιότητές του
- Να υιοθετήσει στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων σε θέματα σχέσεων



Αξιολόγηση

- ❖ Διαφοροδιάγνωση μεταξύ διαταραχής της διάθεσης ή πένθους
- ❖ Λήψη ιστορικού έναρξης των συμπτωμάτων
- ❖ Λήψη ιστορικού για χρήση ουσιών, φαρμακοθεραπεία, φάρμακα χωρίς ιατρική συνταγή
- ❖ Σωματική εξέταση (αποκλεισμός παθοφυσιολογίας)
- ❖ Αξιολόγηση κινδύνου αυτοκτονικής συμπεριφοράς
- ❖ Καταγραφή υποστηρικτικού δικτύου
- ❖ Διερεύνηση ύπαρξης στρεσογόνων γεγονότων
- ❖ Αξιολόγηση ψυχικών λειτουργιών
 - Συμπεριφοράς
 - Ψυχολογικής κατάστασης
 - Γνωστικών λειτουργιών
 - Κοινωνικής συμπεριφοράς
 - Πολιτισμικών καταβολών
 - Σωματικών λειτουργιών



Νοσηλευτικές διαγνώσεις

- Κίνδυνος για αυτοτραυματισμό ή απόπειρα αυτοκτονίας
- Κίνδυνος για εκδήλωση βίας προς τους άλλους σε ψυχωτική κατάθλιψη
- Αναποτελεσματική αντιμετώπιση της καθημερινότητας
- Μη ισορροπημένη διατροφή
- Διαταραγμένο πρότυπο ύπνου
- Πνευματικό αδιέξοδο



Θεραπευτικές προσεγγίσεις

Φαρμακευτική αγωγή
(αντικαταθλιπτικά
φάρμακα)

Ψυχοθεραπεία

Ηλεκτροσπασμοθεραπεία

Φωτοθεραπεία

Φυσική Άσκηση



Βιβλιογραφία

Eby L. & Brown N. (2010). *Η Νοσηλευτική στην Ψυχική Υγεία*. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Λαγός.

Gabbard O. Glen (2006). *Η Ψυχοδυναμική Ψυχιατρική στην κλινική πράξη*, (Επιμ. Υφαντής Ν.Θ.). Αθήνα.
Εκδόσεις ΒΗΤΑ.

Hogan, M.A. (2011). *Νοσηλευτική Ψυχικής Υγείας*. Εκδόσεις Broken Hill Publishers LTD.

Lemperiere, T. (1995). *Εγχειρίδιο Ψυχιατρικής Ενηλίκων*. Αθήνα: Παπαζήσης.



Σημείωμα Αναφοράς

Γκούβα, Μ. (2015). Νοσηλευτική Ψυχικής Υγείας. ΤΕΙ Ηπείρου.

Διαθέσιμο από:

<http://eclass.teiep.gr/courses/NOSH102/>





Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά Δημιουργού-Μη Εμπορική Χρήση-Όχι Παράγωγα Έργα 4.0 Διεθνές [1] ή μεταγενέστερη. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, Διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.el>



Τέλος Ενότητας

Επεξεργασία: Ευαγγελία Ι. Κοσμά
Ιωάννινα, 2015



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





Σημειώματα





Διατήρηση Σημειωμάτων

Οποιαδήποτε αναπαραγωγή ή διασκευή του υλικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει:

- το Σημείωμα Αναφοράς
- το Σημείωμα Αδειοδότησης
- τη Δήλωση Διατήρησης Σημειωμάτων
- το Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων (εφόσον υπάρχει) μαζί με τους συνοδευόμενους υπερσυνδέσμους.



Τέλος Ενότητας



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

