

# ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ / Φεβρουάριος – Ιούνιος 2015

## ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

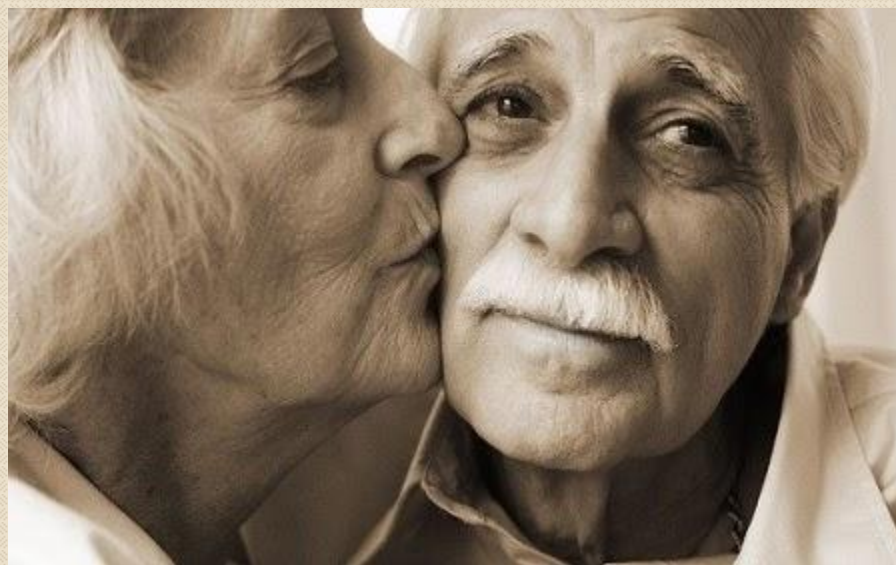
**30/4/2015:** Κατάθλιψη στη 3<sup>η</sup> ηλικία.

(Γούλα Αγγελική, Ρήγα Αικατερίνη, Μακρή Σοφία,  
Καραλή Μαρία).

**ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ Γ.Ν. ΑΜΦΙΣΣΑΣ**



# ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΣΤΗ 3<sup>η</sup> ΗΛΙΚΙΑ



# ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ



Η κατάσταση του ασθενούς όπου το αίσθημα θλίψης είναι πολύ πιο σοβαρό από μία απλή καθημερινή στενοχώρια, δεν επηρεάζεται από τυχόν ευχάριστα γεγονότα που συμβαίνουν στο περιβάλλον του, εμποδίζει την κανονική λειτουργικότητά του και παραμένει για αρκετές εβδομάδες ή και μήνες.



# ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΟΥ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟΥ

- 1.Καταθλιπτική διάθεση.
- 2.Απώλεια ενδιαφέροντος και ευχαρίστησης.
- 3.Μειωμένη ενέργεια που οδηγεί σε αυξημένη κόπωση και μειωμένη δραστηριότητα.
- 4.Μειωμένη συγκέντρωση και προσοχή.
- 5.Μειωμένη αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση.
- 6.Ιδέες ενοχής και απαξίας.
- 7.Ζοφερές και απαισιόδοξες απόψεις για το μέλλον.
- 8.Ιδέες ή πράξεις αυτοκαταστροφής και αυτοκτονίας.
- 9.Διαταραγμένος ύπνος.

- **Ήπιο καταθλιπτικό επεισόδιο:** η παρουσία τουλάχιστον 2 από τα 1,2,3 και 2 από τα υπόλοιπα.
- **Μέτριο καταθλιπτικό επεισόδιο:** η παρουσία τουλάχιστον 2 από τα 1,2,3 συν 3 από τα υπόλοιπα.
- **Σοβαρό καταθλιπτικό επεισόδιο:** Όλα από τα 1,2,3 και τουλάχιστον 4 από τα υπόλοιπα.

# ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗΣ ΣΕ ΜΕΓΑΛΗ ΗΛΙΚΙΑ

1. Μείζων κατάθλιψη.
2. Ελάσσον κατάθλιψη.
3. Δυσθυμία
4. Διαταραχή προσαρμογής
5. Μικτή αγχώδης και καταθλιπτική διαταραχή.
6. Οργανική διαταραχή διάθεσης.
7. Διπολική διαταραχή.
8. Αγγειακή κατάθλιψη.



# ΠΡΟΔΙΑΘΕΣΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΣΤΟΥΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ

1. Γυναικείο φύλο.
2. Ιστορικό κατάθλιψης.
3. Οικογενειακό ιστορικό κατάθλιψης.
4. Χηρεία – διαζύγιο.
5. Φτώχεια.
6. Διαμονή σε οίκο ηλικιωμένων.
7. Οργανικά προβλήματα Υγείας
8. Έλλειψη κοινωνικού πλαισίου υποστήριξης.
9. Προσωπικότητα.
10. Φάρμακα και αλκοόλ.
11. Αλλαγές στην εγκεφαλική λειτουργία.

## Κλινική εικόνα της κατάθλιψης (Συμπτωματολογία)

- 1. Καταθλιπτικό συναίσθημα**
- 2. Απώλεια ενδιαφέροντος**
- 3. Έλλειψη ενεργητικότητας ή εύκολη κόπωση**
- 4. Μεταβολές βάρους**
- 5. Διαταραχές του ύπνου**
- 6. Αίσθημα ανησυχίας ή καταστολή**
- 7. Αίσθημα αναξιότητας και ενοχές**
- 8. Αναποφασιστικότητα, διαταραχή στη συγκέντρωση**
- 9. Αυτοκτονικός ιδεασμός**

# ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΤΗ ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ



## ΣΧΕΤΙΚΟΙ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΘΕΝΗ

Σωματικά συμπτώματα

Σωματική νόσος

Χρόνια κατάθλιψη

Άτυπα συμπτώματα

## ΣΧΕΤΙΚΟΙ ΜΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ

Δεν είναι καλός ακροατής

Διακόπτει πρώιμα και συχνά

Κατάχρηση «κλειστών» ερωτήσεων

Λίγες ερωτήσεις για ψυχολογικά συμπτώματα και κοινωνικές συνθήκες



## **ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΠΟ ΤΟΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ**

1. Σοβαρότητα του τρέχοντος καταθλιπτικού επεισοδίου.
2. Διάρκεια και παράγοντες που το συντηρούν.
3. Προηγηθέν ιστορικό διαταραχής της διάθεσης και ληφθείσας θεραπείας.
4. Χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και οικογενειακό ιστορικό διαταραχής.
5. Τρέχουσα παρουσία συμπτωμάτων.
6. Αξιολόγηση του κινδύνου που ενέχει το επεισόδιο της κατάθλιψης.
7. Κύριοι παράγοντες της ζωής του ηλικιωμένου που του δημιουργούν πρόβλημα.
8. Κοινωνικό και υποστηρικτικό δίκτυο.
9. Τρέχοντα και παρελθοντικά οργανικά προβλήματα.
10. Τρέχουσα φαρμακευτική αγωγή και ποσοστό συμμόρφωσης σε αυτήν.

# Πότε θα πρέπει να παραπέμπεται ο καταθλιπτικός για νοσηλεία;



- ✓ Όταν η κατάθλιψη είναι σοβαρή και υπάρχει κίνδυνος αυτοκτονίας
- ✓ Όταν συνυπάρχουν άλλα ψυχικά νοσήματα ή εξάρτηση από αλκοόλ ή και ναρκωτικά
- ✓ Όταν ο ασθενής δεν απαντά στη χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής

# Η ΣΟΒΑΡΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΣΥΝΑΓΕΤΑΙ ΑΠΟ:

- Ένταση, συχνότητα, χρονιότητα
- Επίπτωση στη λειτουργικότητα
- Ύπαρξη ψυχωσικών συμπτωμάτων
- Πιθανότητα αυτοκτονίας

# ΘΕΡΑΠΕΙΑ

# ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ



«Η κατάθλιψη είναι πράγματι κοινή διαταραχή σαν το κρυολόγημα, αλλά δεν είναι κρυολόγημα »

# ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΕΣ ΔΙΑΓΝΩΣΕΙΣ κατά NANDA

## (North American Nursing Diagnosis Association)

Κίνδυνος επιθετικότητας εναντίον εαυτού

Διαταραχή κοινωνικής επικοινωνίας

Χρόνια χαμηλή αυτό-εκτίμηση

Μη αποτελεσματική αντιμετώπιση ατομικών  
προβλημάτων

Απελπισία

Αίσθημα αδυναμίας

Ανεπαρκής αυτο-φροντίδα

# ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΜΕ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

1. Βασίζεται σε μια πλήρη εκτίμηση της κατάστασης του ηλικιωμένου.
2. Είναι συνήθως μια πολυδιάστατη προσέγγιση που συνδυάζει οργανικές, ψυχολογικές και κοινωνικές παρεμβάσεις.
3. Απαιτείται διεπιστημονική προσέγγιση.
4. Χρειάζεται αποτελεσματικός συντονισμός.
5. Τα οργανικά προβλήματα θα πρέπει να αξιολογούνται και να θεραπεύονται.
6. Τα μέλη της οικογένειας θα πρέπει να εμπλέκονται στη φροντίδα και τη θεραπεία.



# ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ

## ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ

**Μύθος :** πρόκληση προσοχής

**Πραγματικότητα:** κραυγή για βοήθεια

**Μύθος :** μόνο οι ψυχωσικοί διαπράττουν  
απόπειρα

**Πραγματικότητα:** μη ψυχωσικοί  
διαπράττουν απόπειρα

**Μύθος :** όταν το λένε δεν αυτοκτονούν

**Πραγματικότητα:** το λένε πριν αποπειραθούν

**Μύθος :** καλό σπίτι ή εργασία προλαμβάνουν την απόπειρα

**Πραγματικότητα:** αυτοκτονούν ανεξάρτητα από κοινωνική και οικονομική υποδομή

**Μύθος :** Αυτοκτονούν μόνο οι καταθλιπτικοί  
**Πραγματικότητα:** 15% των καταθλιπτικών

**Μύθος :** Αλκοόλ και ναρκωτικά δε σχετίζονται  
**Πραγματικότητα:** Συνδέονται στενά

**Μύθος :** Οι αυτοκτονικοί σπάνια ζητούν βοήθεια  
**Πραγματικότητα:** 50-60% ζητούν βοήθεια μέσα στο προηγούμενο εξάμηνο



**ΚΑΘΕ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑ ΑΝΑΠΑΡΙΣΤΑ**

**ΜΙΑ ΑΤΟΜΙΚΗ ΤΡΑΓΩΔΙΑ , ΑΛΛΑ , ΚΑΙ  
ΜΙΑ  
ΑΠΩΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ  
ΚΟΙΝΩΝΙΑ.....**



## **ΣΥΝΟΠΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ**

1. Για την ψυχωσική κατάθλιψη αντιψυχωσικά και αντικαταθλιπτικά φάρμακα.
2. Για τη σοβαρή κατάθλιψη αντικαταθλιπτικά και αν δύναται ψυχολογική θεραπεία.
3. Για τη μέτρια κατάθλιψη αντικαταθλιπτικά και ψυχολογική θεραπεία.
4. Για την δυσθυμία αντικαταθλιπτικά.
5. Για την πρόσφατης έναρξης ελάσσονος κατάθλιψης έναρξη αγωγής και επανεκτίμηση
6. Για πένθος ή απώλεια όπως στη μέτρια κατάθλιψη

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

1. Γνωστική θεραπεία.
2. Συμπεριφορική θεραπεία.
3. Διαπροσωπική θεραπεία.
4. Σύντομη ψυχοδυναμική θεραπεία.
5. Θεραπεία επίλυσης προβλημάτων.
6. Ανασκόπηση ζωής.



# ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΓΝΩΣΗΣ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ

1. Το αρχικό επεισόδιο της κατάθλιψης πρέπει να αντιμετωπιστεί επαρκώς σε οποιοδήποτε περιβάλλον. Οι νοσηλεύτες έχουν τον ρόλο της οργάνωσης των ψυχολογικών και κοινωνικών παρεμβάσεων, συμπληρωματικών ή εναλλακτικών θεραπειών
2. Όταν χρησιμοποιούνται αντικαταθλιπτικά η συμμόρφωση θα πρέπει να αξιολογείται περιοδικά κατά την οξεία φάση, τη φάση της συνέχισης και τη φάση της συντήρησης.
3. Μια νέα οργανική νόσος θα πρέπει να αντιμετωπίζεται αμέσως.
4. Οι ασθενείς με άνοια που γίνονται καταθλιπτικοί θα πρέπει να αναγνωρίζονται και να θεραπεύονται κατάλληλα.
5. Οι νοσηλεύτες μπορούν να εμπλακούν σε ομάδες υποστήριξης, οι οποίες είναι σημαντικές για την πρόληψη της υποτροπής.





**Ευχαριστούμε  
για την  
προσοχή σας**

