

علائم افسردگی در مردان

برخلاف يك باور عمومي مبني بر اين كه فقط زنان به افسردگي باليني مبتلا مي‌شوند، روانپزشكان تاكيد دارند كه مردان نيز در معرض ابتلا به اين اختلال باليني هستند.



جام جم آنلاین: برخلاف يك باور عمومي مبني بر اين كه فقط زنان به افسردگي باليني مبتلا مي‌شوند، روانپزشكان تاكيد دارند كه مردان نيز در معرض ابتلا به اين اختلال باليني هستند.

روانپزشكان مي‌گويند: علائم افسردگي در مردان مي‌تواند متفاوت از علائم اين بيماري در زنان باشد. به علاوه مردان خيلي به ندرت مي‌پذيرند كه به اين اختلال مبتلا هستند و خيلي كمتر براي بهبود حال خود به يك متخصص مراجعه مي‌كنند.

متخصصان انستيتوي ملي سلامت روان آمريكا در مطالعه جديدي خاطرنشان كردند: اكثر مردان از علائم جسمي ناشي از افسردگي ناآگاه هستند، اما اگر اين اختلال تشخيص داده نشده و درمان نشود، مي‌تواند پيامدهاي بسيار نامطلوب و غيرمنتظره‌اي داشته باشد.

برخي از مهم‌ترين و شايع‌ترين علائم و نشانه‌هاي افسردگي در مردان عبارتند از: دشواري در تمرکز، عصبانيت و پرخاشگري مداوم و تحريك‌پذيري، سوءمصرف مواد به طور مداوم، از بين رفتن ميل جنسي، دردهاي مزمن و مشكلات هاضمه‌اي، بي‌تعادلي در خواب و خستگي بيش از حد.

اغلب مردان مبتلا به افسردگي به سختي مي‌توانند روي كار خود متمرکز شوند يا اين كه ناخودآگاه بيشتر ترجيح مي‌دهند روي موضوعات و افكار منفي متمرکز شوند. افسردگي توان فرد را براي تفكر شفاف و واضح دچار اختلال مي‌كند و مانع تصميم‌گيري‌هاي مناسب يا انجام كارهاي پيچيده مي‌شود.

همچنين برخلاف زنان كه با گريه كردن احساس غم و افسردگي خود را بروز مي‌دهند، مردان اين احساس را با خشم و پرخاشگري ظاهر مي‌كنند. در برخي موارد نيز مردان، افسردگي خود را با نشان دادن خصومت نسبت به يك فرد يا يك موقعيت خاص، تشديد مي‌كنند.

به علاوه مردان افسرده در شرايط عادي، تحريك‌پذيري بالا و غيرمعمولي دارند.

علاوه بر اينها خواب خيلي زياد يا خيلي كم يك نشانه معمول ديگر افسردگي است.

بسياري از بيماران افسرده نيز از احساس دائمي خستگي و رخوت رنج مي‌برند. اكثر آنها يك حس دائمي از خستگي را تجربه مي‌كنند و انگيزه كافي براي كامل كردن كارهاي روزانه هستند. (ايسنا)