

Рекомендация для пациентов, депрессии



Дорогие пациенты!

Ваш врач установил у Вас заболевание, для борьбы с которым сегодня существуют эффективные лекарства. Приблизительно каждая четвертая женщина и каждый десятый мужчина в течение своей жизни страдают от депрессии. Таким образом, депрессии касаются многих людей, они встречаются во всех культурных сферах и всех слоях общества независимо от образования, профессии или уровня доходов.

Какие причины имеет депрессия?

Болезнь характеризуется симптомами, сказывающимися на наших ощущениях, на эмоциональном и душевном состоянии. Угнетенное состояние, отсутствие чувства радости или печали, внутренняя пустота, расстройство сна и постоянные размышления являются признаками этой болезни. Это состояние не проходит, выйти из него без помощи других невозможно. Наши действия, ощущения и переживания управляются различными информационными веществами в мозгах. Эти информационные вещества регулируют наше настроение, мотивацию или же сон. При наличии депрессии имеется несбалансированность названных информационных веществ или они вообще отсутствуют.

Как действуют лекарства?

Современные лекарства помогают восстановить баланс информационных веществ и тем самым лечить болезнь. Важным информационным веществом является норадреналин. Известно, что организм в состоянии депрессии, например, испытывает дефицит норадреналина. Благодаря целенаправленному воздействию при помощи определенных лекарств можно добиться того, что в нервных окончаниях в мозгах появится большее количество норадреналина и тем самым будут созданы предпосылки настроения и мотивации. Повышается интерес к окружающей среде, к социальным контактам и работе и возвращается также энергия (мотивация) заниматься делами, которые раньше доставляли удовольствие.

Сколько раз и на какой срок мне необходимо принимать лекарство?

Ваш врач выписал Вам лекарство и определил вместе с Вами количество принимаемого лекарства. Не изменяйте эту дозу и не прерывайте прием лекарства без консультации с Вашим врачом. По истечении 2-3 недель Ваш врач обсудит с Вами Вашу реакцию на лекарство, и при необходимости еще раз изменит дозу. В зависимости от течения и степени тяжести болезни рекомендуется проводить медикаментозное лечение в течение 6-9 месяцев после полного исчезновения симптомов, чтобы предотвратить рецидив. При этом рекомендуется сохранить дозу, оказавшуюся эффективной для лечения острой фазы заболевания.

Рекомендация для пациентов, депрессии



Как быстро действует лекарство?

Начав лечение, Вы сделали первый шаг в направлении выздоровления. Имейте терпение! До нормализации обмена информационных веществ в мозгах требуется определенное количество времени, ибо болезнь тоже развивалась медленно. Момент начала действия зависит от конкретных условий каждого пациента, а также от подбора лекарств. Если после 6-8 недель Ваше эмоциональное состояние не изменилось, Ваш врач выберет другое лекарство для Вас.

Нужно ли опасаться побочных действий?

Вопреки широко распространенному мнению антидепрессанты не приводят к лекарственной зависимости. Современные лекарства для лечения депрессии в большинстве случаев переносятся хорошо. Несмотря на это, именно в начале лечения могут возникнуть побочные действия, которые, однако, носят временный характер и длятся не больше 2 недель. Это может быть, например, расстройство сна, потение или ощущение сухости во рту. Ваш врач представит Вам информацию о возможных побочных действиях и ответит на Ваши вопросы.

Что я могу сам сделать для моего выздоровления?

- Смиритесь с Вашей болезнью, отдавая себе отчет в том, что депрессия не имеет ничего общего со слабостью характера или жалостливостью.
- Вы почувствуете, что шаг за шагом ситуация улучшится. Не требуйте слишком много от себя.
- Не предъявляйте к себе слишком высокие требования и ставьте перед собой небольшие - реалистические - цели. Маленький прогресс является Вашим личным успехом.
- Физическая активность на свежем воздухе способствует выздоровлению. Уже ежедневная прогулка или недолгое катание на велосипеде улучшит Ваше самочувствие.
- Спите как можно меньше в течение дня и не ложитесь спать слишком рано. Может быть, теплая ванна или хорошая книга вечером позволят Вам расслабиться.
- Не уединяйтесь. Активно поддерживайте контакты с друзьями и родственниками. Подумайте, кому Вы уже давно хотели позвонить? Старайтесь активно беседовать с другими, Вы найдете больше понимания, чем Вы ожидали.

Мы желаем Вам скорого выздоровления.

Сотрудники компании «Merz Pharmaceuticals».