

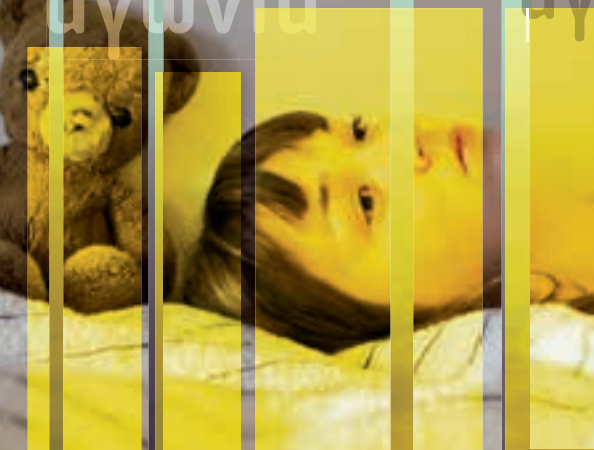
αβεβαιότητα
απελπισία
οικονομικά χρέη
Κατάθλιψη

ανεργία
φόβος
θλίψη

φτώχεια
αβεβαιότητα
άγχος

δεν έχω ελπίδα
απογοήωση
άγχος

αγωνία
φόβος



1034

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ



1034

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ



Κατάθλιψη

από την οικονομική κρίση
στην πανδημία της COVID-19





Η **κατάθλιψη** αποτελεί την πιο διαδεδομένη ψυχική νόσο σε παγκόσμιο επίπεδο και έχει βρεθεί να είναι μια από τις κύριες πηγές αναπηρίας συνδεδεμένης με νόσο, όπως αυτή αποτυπώνεται από τα έτη που ζει κανείς με αναπηρία (Whiteford et al. 2013). Οι ερευνητές της διαχρονικής μελέτης Global Burden of Disease τονίζουν ότι η βελτίωση της υγείας του πληθυσμού είναι εφικτή, μόνο **αν οι χώρες θέσουν προτεραιότητα στην πρόληψη και θεραπευτική αντιμετώπιση των ψυχικών νόσων και κυρίως της κατάθλιψης** (Whiteford et al. 2013).

Στην Ευρώπη, η πιο πρόσφατη καταγραφή της επικράτησης των ψυχικών διαταραχών, ανέδειξε την επικράτηση ενός έτους της κατάθλιψης να είναι 6,9% . Την ίδια χρονική στιγμή, στην Ελλάδα τα ποσοστά της κατάθλιψης ήταν σαφώς υψηλότερα και ακολουθούσαν σταθερή και ανοδική πορεία εξαιτίας της εντεινόμενης οικονομικής κρίσης. Ειδικότερα, σειρά συγχρονικών μελετών με παρόμοια μεθοδολογία που διενήργησε το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής το 2008, 2009, 2011 και 2013 στοιχειοθετούν ανσυχνητική αύξηση της επικράτησης ενός μηνός της κατάθλιψης, από

3,3% το 2008 σε 6,8% το 2009, 8,2% το 2011 και 12,3% το 2013. Κατά τη διάρκεια αυτής της χρονικής περιόδου, σχεδόν όλες οι πληθυσμιακές ομάδες βρέθηκαν να παρουσιάζουν αυξημένη επικινδυνότητα εκδήλωσης κατάθλιψης, με τον δείκτη οικονομικής δυσχέρειας να παραμένει παράγοντας κινδύνου σε όλα τα έτη.

Οι αυξημένες ανάγκες του πληθυσμού αναφορικά με την εκδήλωση καταθλιπτικής και αγχώδους συμπτωματολογίας τεκμηριώνονται και από στοιχεία της Γραμμής Βοήθειας για την Κατάθλιψη που λειτούργησε στο πλαίσιο των υπηρεσιών του ΕΠΙΨΥ από το 2008 έως το 2013. Η Γραμμή κατέγραψε κατά τη χρονική περίοδο της κρίσης απότομη άνοδο των κλήσεων με άμεση ή έμμεση αναφορά στην κρίση μετά το σ' εξάμηνο του 2010. Οι καλούντες που αναφέρθηκαν στην κρίση παρουσίαζαν καταθλιπτική συμπτωματολογία σε υψηλότερο βαθμό από εκείνους που δεν αναφέρθηκαν στην κρίση. Υψηλά επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ανιχνεύθηκαν και στους ανέργους, ενώ οι εργαζόμενοι παρουσίαζαν κατά κύριο λόγο αγχώδη συμπτωματολογία.

Ένα ενδιαφέρον στοιχείο για την περίοδο της κρίσης όπου παρατηρήθηκαν αυξημένα επίπεδα κατάθλιψης, ήταν ότι το στίγμα που περιβάλλει τη νόσο φαίνεται να παραμένει το ίδιο. Συγκεκριμένα, σε συγκριτική μελέτη που πραγματοποιήθηκε από το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής αναφορικά με τις στάσεις του γενικού πληθυσμού της Αθήνας πριν και κατά τη διάρκεια της κρίσης δεν βρέθηκαν διαφορές στις στάσεις απέναντι στην κατάθλιψη και τα άτομα που νοσούν από αυτή συνολικά (Εκσοπουλου et al. 2019). Ωστόσο, παρατηρήθηκε βελτίωση σχετικά με την πεποίθηση ότι η κατάθλιψη είναι ένδειξη προσωπικής αδυναμίας και επιδείνωση σε σχέση με την πεποίθηση ότι τα άτομα με κατάθλιψη είναι επικίνδυνα. Τέλος, οι στάσεις απέναντι στα ψυχιατρικά φάρμακα έγιναν πιο στερεοτυπικές εν μέσω κρίσης.

Η Ελλάδα του σήμερα μαστίζεται από μια άλλη κρίση, την κρίση από την πανδημία του κορωνοϊού σε συνδυασμό με τα κατάλοιπα των επιπτώσεων της οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία του γενικού πληθυσμού. Μελέτη σε τυχαίο και αντιπροσωπευτικό δείγμα του γενικού πληθυσμού πανελλαδικά στοιχειοθετεί υψηλά επίπεδα κατάθλιψης την περίοδο του lockdown, τα οποία βρέθηκαν να είναι υψηλότερα από τα αντίστοιχα για το άγχος και τις στρες.

Παράλληλα, ενώ τα ποσοστά του κλινικού άγχους (μέτριο προς αρκετά σοβαρό άγχος) στον ελληνικό πληθυσμό ήταν χαμηλότερα από τα αντίστοιχα της Κίνας σε μελέτη που χρησιμοποίησε το ίδιο εργαλείο (Wang et al. 2020): 15.9% vs. 28.8%, τα ποσοστά της κατάθλιψης (μέτρια προς αρκετά σοβαρή) ήταν υψηλότερα: 22.3% vs. 16.5%. Σε αντίστοιχα συμπεράσματα καταλήγει και μελέτη των Πέππου, Οικονόμου και συνεργατών, όπου αναλύθηκε τυχαίο δείγμα κλήσεων σε τηλεφωνική γραμμή ψυχοκοινωνικής υποστήριξης για την COVID-19 (Ρεππου et al. 2020). Τα στοιχεία της μελέτης αυτής καταδεικνύουν πως το 37% των καλούντων παρουσίαζε κλινικά σημαντική κατάθλιψη σε αντίθεση με το 20,3% που παρουσιάζει κλινικά σημαντικό άγχος. Επομένως, **κρίνεται επιτακτική τόσο η πρόληψη όσο και η θεραπευτική αντιμετώπιση της κατάθλιψης στη χώρα. Ο ρόλος της καταπολέμησης του στίγματος που περιβάλλει την κατάθλιψη και τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας γενικότερα είναι καίριας σημασίας.**

