



e-Cardio.gr

Ελληνικό Ινστιτούτο Καρδιαγγειακών Νοσημάτων

Καρδιόπαθεια και κατάθλιψη

Η κατάθλιψη και οι καρδιακές παθήσεις είναι δύο από τα πιο συχνά νοσήματα της παγκόσμιας υγείας. Ερευνητικές μελέτες επισημαίνουν την προϋπόθεση ότι κάθε μια μπορεί να είναι η αιτία - ή το αποτέλεσμα - από την άλλη. Με άλλα λόγια:

- Οι άνθρωποι που πάσχουν από καρδιακές παθήσεις είναι πιο πιθανό να παρουσιάσουν κατάθλιψη
- Οι άνθρωποι που πάσχουν από κατάθλιψη μπορεί να διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο για την ανάπτυξη καρδιακής νόσου

Επιπλέον, τα άτομα με καρδιακή νόσο που πάσχουν από κατάθλιψη έχουν αυξημένο κίνδυνο θανάτου μετά από ένα καρδιακό επεισόδιο. Αν και οι ερευνητές εξακολουθούν να μελετούν το πώς η κατάθλιψη μπορεί να προκαλέσει καρδιακά προβλήματα, έχουν εντοπιστεί αρκετοί πιθανοί μηχανισμοί.

- Οι άνθρωποι με κατάθλιψη συνήθως έχουν μειωμένη μεταβλητότητα του καρδιακού ρυθμού, η οποία μπορεί να προκαλέσει επικίνδυνες καρδιακές αρρυθμίες ή μεταβολές στην αρτηριακή πίεση
- Οι καταθλιπτικοί ασθενείς είναι πιο πιθανό να αναπτύξουν παράγοντες κινδύνου για καρδιακή νόσο, όπως η υπέρταση, δυσλιπιδαιμία, αντίσταση στην ινσουλίνη
- Αυξημένα επίπεδα φλεγμονής πρωτεϊνών που βρίσκονται συνήθως σε ασθενείς με κατάθλιψη είναι παράγοντες αυξημένο κίνδυνο καρδιακού επεισοδίου

Πολλοί άνθρωποι βλέπουν μια διαταραχή της διάθεσης ως προσωπική αποτυχία ή ένα σημάδι της προσωπικής τους αδυναμίας και δεν είναι διατεθειμένοι να το αναφέρουν κατά την διάρκεια της ιατρικής συνέντευξης. Οι άνδρες, κυρίως, είναι λιγότερο πιθανό από τις γυναίκες να παραδεχτούν ότι μπορεί να είναι στενοχωρημένοι, να έχουν χαμηλό ηθικό, ή να είναι λυπημένοι.

Μετά την διάγνωση των καρδιαγγειακών παθήσεων, οι γιατροί μπορεί να ερμηνεύσουν τη θλίψη ενός ασθενούς, την απώλεια της χαράς και ενδιαφέροντος, την αίσθηση απαισιοδοξίας ή απελπισίας, την απογοήτευση,

ή την κακή συγκέντρωση και λήθη ως φυσιολογική συνέπεια της σοβαρής ασθένειας.

Ρωτήστε τον Ιατρό σας

Ένας κατάλογος ερωτήσεων είναι ένα καλό σημείο εκκίνησης για συζήτηση με το γιατρό σας.

- Πώς μπορώ να ξέρω αν πάσχω από κατάθλιψη;
- Υπάρχουν άλλες παθήσεις που μπορούν να παράγουν παρόμοια συμπτώματα;
- Ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ της ήπιας, της μέτριας και σοβαρής κατάθλιψης;
- Τι μπορώ να κάνω για να περιορίσω τον κίνδυνο για τις καρδιακές παθήσεις, λόγω της κατάθλιψης μου;
- Πώς η κατάθλιψη συμβάλλει στην πρόκληση καρδιαγγειακών παθήσεων;
- Υπάρχουν και άλλες σωματικές ασθένειες που μπορούν να είναι προδιαθεσικοί παράγοντες στην εμφάνιση της κατάθλιψης;
- Ποιες είναι οι επιλογές της θεραπείας μου;
- Είναι ασφαλές να υποβληθώ σε εγχείρηση καρδιάς όταν υπάρχουν σημάδια κατάθλιψης;
- Πώς θα ξέρω εάν τα νέα συμπτώματα κατάθλιψης είναι μια παρενέργεια του φαρμάκου που μου έχει χορηγηθεί για την θεραπεία μου;
- Μπορεί η κατάθλιψη να θεραπευτεί;
- Τι πρέπει να κάνω εάν έχω τάσεις αυτοκτονίας;
- Η οικογένειά μου πρέπει να γνωρίζει την κατάσταση μου;

Τα κοινά συμπτώματα του άγχους και της κατάθλιψης:

Φυσικά	Συναισθηματικά	Ψυχικά-Συμπεριφορικά
Ανησυχία Ταχυκαρδία Στομαχικές διαταραχές Κακός Ύπνος Πονοκέφαλοι Ασυνήθιστη απώλεια ή αύξηση βάρους Γενική άλγη και πόνοι	Άγχος / ανησυχία Ευερεθιστότητα / θυμός Ενοχή Αίσθημα αδυναμίας και απογοήτευσης Αρνητικές σκέψεις Απάθεια Κυκλοθυμία	Αναποφασιστικότητα Αδυναμία συγκέντρωσης Κενά μνήμης Η απώλεια της αίσθησης του χιούμορ Επιθετικότητα Διαπροσωπικά προβλήματα Η απώλεια της σεξουαλικής δραστηριότητας Η αυξημένη χρήση των τσιγάρων, αλκοόλ ή

		ναρκωτικών Διαταραχές στην όρεξη
--	--	-------------------------------------