

D. Survilaitė: pavojingiausia depresija – „besišypsanti“

- 2013-12-08 19:08:00
- [Zita Kelmickaitė, LRT televizijos laida „Ryto suktinis“](#)
-
-
- Teksto dydis:
- [Spausdinti](#)



D. Survilaitė: pavojingiausia depresija – „besišypsanti“ Shutterstock nuotr.

"Moteris gali būti graži, gerai apsirengusi, pasidažiusi, o iš tikrųjų gyventi nenori, ir tada būna taip, kad psichiatrai klaidų padaro“, – sako psichiatrė Danguolė Survilaitė. Jos teigimu, pavojingiausia depresija yra vadinamoji „besišypsanti depresija“.

Apie dvasinę žmogaus sveikatą su Respublikinės Vilniaus psichiatrijos ligoninės Bendruomenės skyriaus vedėja Danguole Survilaitė LRT televizijos laidoje „Ryto suktinis“ kalbėjosi Zita Kelmickaitė.

–Sakykite, gerbiama daktare, kodėl žmonės bijo psichiatrų ir bijo į juos kreiptis?

–Psichikos sutrikimai nėra tai, kuo žmonės didžiuojasi, ir tai nėra garbės reikalas. Vis dėlto psichiatrija dažnai susijusi su prievartos taikymu, su savižudybėmis, su išprotėjimu. Daug lietuvių

patarlių yra apie tai, nes tuo klausimu visada buvo neigiama nuostata. Ir tas išliko visame pasaulyje, ne tik Lietuvoje.

–Kaip reikėtų interpretuoti posakį „išsikraustė iš proto“? Juk vienam tas protas gali „sugrižti“, o kitam jau negali...

–Na, retai pasitaiko, kad pačiam „sugrižtų“ be medikų pagalbos. Yra atskirų atvejų, ypač senais laikais, kai nebūdavo jokių gydymo metodų, tai uždarydavo ir pasveikdavo. Bet sunkūs psichikos sutrikimai be specialistų pagalbos neišnyksta.

–O kas nutinka, kad žmogus „išsikrausto iš proto“? Nors jis, tarkim, ir buvo žinomas mokslininkas, menininkas, bet staiga ėmė ir prarado protą.

–Labai sunku pasakyti, kadangi yra labai daug teorijų. Tarkim, sulyginkime su televizoriumi ar kompiuteriu – perdegė kažkokia lemputė, bet tiksliai nežinai, kas po tuo slypi. O ypač kalbant apie žmogų – mes dar nepasiekėme tokio molekulinio lygio, kad galėtume įžvelgti kurioje vietoje yra negerai. Mes galime maždaug nuspėti, kad jeigu depresija ištinke, tai kenčia viena smegenų dalis, jeigu mato haliucinacijas – tai kita...

–O kaip reikia gydyti?

–Gydymas yra sukurtas įvairiems simptomams gydyti. Kiekvienam atvejui skirtingi vaistai. O ligos susideda iš įvairiausių simptomų derinių. Visų sutrikimų gydymas yra kompleksinis. Negalima pasakyti, kad tik vaistai ar tik bendravimas padeda. Daug įvairiausių gydymo metodų yra – tai ir muzika, menas, meno terapija, psichoterapija, fotografija, buvimas gamtoje, užsiėmimas sportu... Daug visokių įvairių priemonių galima taikyti priklausomai nuo žmogaus asmenybės ir jo poreikių.

Na, gerai, imkime depresiją. Žmonės dažnai sako – dirbk ir nebus tau jokios depresijos! Tai kaip visgi yra?

–Depresija yra sunki liga. Ji pasireiškia ne tik nuotaikos pablogėjimu, bet ir sudėtingu simptomų kompleksu. Kai žmogus serga depresija, tai nėra tinginystė. Pasikeičia smegenų struktūra, vyksta sudėtingi procesai. Depresijos priežastys gali būti išorinės, dėl sunkaus patirto išgyvenimo, bet yra ir tokių jos rūšių, kurių priežasčių negalime atsekti.

Na, pavyzdžiui, išvaymas iš darbo – čia ypatingai vyrams aktualu, kadangi jie yra labiau orientuoti į visuomeninį gyvenimą, jiems gali būti didelis stresas. Atrodytų kas čia tokio – žmonės netenka darbų, per gyvenimą jų ne vieną pakeičia. Vieni tiesiog susitaiko, adaptuojasi ir gyvena toliau, o kiti nesusitvarko.

Tai priklauso nuo asmenybės ir visų kitų faktorių – ar jis vienišas, ar jis turi šeimą, ar jis fiziškai sveikas. Vienam nuotaikos svyravimai gali užsitęsti savaitę ir praeiti, o kitam mėnesį ir daugiau, jis pasidarys nedarbingas, neveiklus, tai tokiu atveju gali kilti ir mintis apie savižudybę.

–O jeigu paimtumėme pavyzdį, tarkim, moters, kuri visai nesitvarko namuose, o išėjusi į viešumą elgiasi lyg niekur nieko, ir niekas neįtaria, kad jai kažkas negerai?

–Reikėtų pasiaiškinti, kodėl taip yra, gali būti tūkstantis priežasčių. Mes, psichiatrai, žinome, kad pavojingiausia depresija ir yra ta vadinamoji „besišypsanti depresija“. Moteris gali būti graži, gerai apsirengusi, pasidažiusi, o iš tikrųjų gyventi nenori, ir tada būna taip, kad psichiatrai klaidų padaro.

Aš ir pati turėjau tokių variantų, kai atrodo žydinti moteris, o pasakoja liūdnus dalykus ir tada nesusisiekia jos bendra išvaizda su išsakomomis mintimis. Tuomet reikia labai gerai įsigilinti ir susipažinti su situacija, išsiaiškinti, kas ją kamuoja, kodėl ji taip slapstosi.

–Pakalbėkime apie depresijai gydyti skirtus vaistus. Vieni žmonės jų bijo, nes tiki, kad jie žmones paverčia tarsi zombiais. Ar galite sugriauti tą mitą?

–Aš nepasakyčiau, kad bijo. Kai kurie, ypatingai vyresnio amžiaus moterys, mėgsta vaistus, dažniausiai raminančiuosius. Tik jie nebėga jų pas specialistus, o bėga pas kaimyną arba šeimos gydytoją. Pastarieji lengvai juos išrašo, neatsargiai, nors iš tikrųjų tą turėtų daryti tik psichiatrai.

Aš dabar negaliu pasakyti, kad reikia pulti gerti tuos vaistus arba jų negerti. Tai priklauso nuo žmogaus, nuo jo būsenos, nuo jo susirgimo, nuo trukmės – nuo daugelio dalykų. Jeigu tai yra natūrali depresija, tarkim, netekties atveju, tai vaistų nereikia – laikas išgydo visas žaizdas.

–O kuo galima būtų atskirti seno ir jauno žmogaus depresiją?

–Seno žmogaus depresija dažniau susijusi su sveikata, su mirties išgyvenimais, ekonominiais dalykais. Senatvė – tai juk ir vienišų žmonių amžius: vaikai išsina, tėvai lieka vieni. Prisideda tame amžiuje daug vidaus ligų. Savižudybių pikas, vadinamas antra viršūne, yra ir senatvėje, ne tik 30–40 metų tarpsnyje.

–Gerbiama daktare, sakykite, ar pats sergantis žmogus gali nesuprasti, kad jam blogai?

–Jie supranta. Ir svarbiausia, ką žmogus pasako: aš toks nebuvau, anksčiau aš kitoks buvau, daug ką dariau, aš viskuo džiaugiausi, o dabar manęs nedžiugina tie dalykai, kurie anksčiau džiugindavo. Žmogus negali ilgai kankintis, nes paskui ateina laikas, kai jį tas išvargina.

–Jeigu žmogus pajaučia, kad jam kažkas ne taip, kaip jam rasti jėgų nueiti pas specialistą?

Dažnai būna, kad aplinkiniai mato, kad žmogui negerai, o jis sako, kad jam viskas gerai ir pas gydytojus neina. Tuomet prieinama iki to, kad nieko kito negalima daryti ir reikia taikyti prievartą – guldyti į psichiatrijos ligoninę.

–Bet jeigu tas sergantis žmogus yra ramus, niekam nieko blogo nedaro, tai jūs jo ir neišvešite prievarta?

–Taip. Šiuo atveju mes dažnai susiduriame su tais šiukšlių rinkėjais – gyvena kokia keistuolė bobulytė, kuri turi 25 kates, labai pas ją nešvaru, šiukšles tempia, o mes nieko padaryti negalime, nes žmogaus būstas yra jo neliečiamybė.

Tai čia irgi galima ginčytis, nes mūsų Psichikos sveikatos priežiūros įstatymas sako, kad jeigu žmogus kelia pavojų sau ir savo artimiesiems ar savo ir kitų žmonių sveikatai, gyvybei, tai galima būtų prievartą taikyti.

–Tai čia būna toks psichikos sutrikimas?

–Dažnai tai būna psichikos sutrikimas. Šiukšlių kaupimas vadinamas Diogeno sindromu, graikų filosofo vardu, kuris tik sėdėjo plikas statinėje ir filosofavo. Taip psichiatrinėje literatūroje yra priimta vadinti šiukšlių kaupimą.

–Ar tai yra išgydoma?

–Galima to žmogaus gyvenimą pagerinti, tačiau čia reikia daug įsikišimo iš šalies, iš socialinės rūpybos.

–O kodėl jis taip daro – iš baimės ar čia paranoja?

–Daug priežasčių gali būti. Čia asmenybės dalykai. Tai artima kolekcionavimui – iš vienos pusės jis teikia malonumą, iš kitos – tai jau liga. Šiukšlių kaupimas gali būti silpnaprotystės, smegenų auglio, šizofrenijos požymis, o dalis tų žmonių dažniausiai turi normalų intelektą, būna ir universiteto profesoriai.

Išoriškai jie gali laikytis neblogai, o namuose kaupti šiukšles, knygas, laikraščius, literatūrą. Tokie žmonės bijo pasijusti nesaugūs, bijo atsikratyti savo daiktų. Aišku, yra nemažai dalykų, susijusių su mūsų praeitimi. Buvo laikai, kai daug kas buvo deficitas ir dėl to nemažai žmonių yra tiesiog sukaukę daug turto.

–Gerbiama Danguole, sakykite, jei žmogui darosi kažkas ne taip, jis turėtų eiti pas psichologą ar pas psichiatrą? Dažnai žmonės tų dalykų dar nelabai skiria.

–Kadangi esu savo profesijos mylėtoja ir tai yra mano gyvenimas, tai aš lyg ir turėčiau sakyti: visi ateikit pas mus! Nepaisant to, manau, kad reikia eiti pas psichiatrą, jis nebūtinai kažkokią ligą suras, tiesiog pasakys, ar reikia vaistų, ar nereikia.

Pasitaiko labai daug atvejų, kai žmonės kreipiasi pas psichologus, o jie linkę analizuoti, nagrinėti ir lieka nepamatyti rimti sutrikimai. Iš tikrųjų pirmiausiai, manyčiau, reikėtų eiti pas šeimos gydytoją.

–Ką galėtumėte palinkėti žmonėms, kurie vis dėlto nepasitiki psichiatrais?

–Aš nenoriu griežtai kažko sakyti – jeigu nesinori, tai ir neikite. Tai yra pasirinkimo laisvė. Jeigu tau kažkas galvoje negerai, bet tau patinka, tai ir būk toks. O kas dažniausiai nekenčia psichiatrų ir prieš juos pasisako? Tas, kas turi problemų. Kodėl reikia bijoti psichiatrų, jei iš esmės tu esi sveikas?

Labai gerai prisimenu, kai buvo pasiūlymas politikams pasitikrinti psichinę sveikatą, – visi buvo kategoriškai prieš. Iš visų tik du sutiko pasitikrinti, o kiti atsisakė. Visgi aš norėčiau palinkėti, kad visi būtumėte psichiškai sveiki, kad jums nereikėtų kreiptis į psichiatrą, kad jūs nežinotumėte, kad net tokia specialybė egzistuoja.

Skaitykite daugiau: <http://kauno.diena.lt/naujienos/sveikata/sveikata/d-survilaite-pavojingiausia-depresija-besisypsanti-486528#ixzz2nAovG24Q>