



# Depressione quali i sintomi?/2

*Gentile dottore nella scorsa rubrica lei ha indicato che la stanchezza continua che ostacola lo svolgimento di ogni attività è uno dei sintomi della depressione. Mio marito, oltre alla stanchezza cronica, è inappetente. Dobbiamo rivolgerci a un medico?*

**Giulia COMI**

## Risponde il dottor Di Salvo

Per rispondere alla lettrice, proseguiamo la descrizione dei sintomi depressivi iniziata nella rubrica precedente. Talora il depresso ritiene se stesso responsabile dei propri disturbi e dell'incapacità di guarire: si giudica quindi indegno per la propria condotta, la propria pigrizia e il proprio egoismo.

La consapevolezza della propria aridità affettiva e della propria inefficienza portano a sentimenti di autosvalutazione o di colpa, spesso accompagnati dall'incessante rimuginare sui presunti errori e colpe del passato. Il futuro appare privo di speranza e il passato pieno di errori commessi. Il rallentamento delle funzioni psichiche superiori si esprime in forma di riduzione di attenzione, concentrazione e memoria con conseguente calo delle prestazioni intellettive. Il rallentamento ideativo si traduce in incertezza e indecisione e in alcuni casi l'incapacità di prendere qualunque decisione, anche la più semplice, crea notevole disagio e, talora, totale blocco dell'azione.

Nei 2/3 dei pazienti sono presenti pensieri ricorrenti di morte. Nelle fasi iniziali del disturbo il depresso ritiene che la vita non valga la pena di essere vissuta. Successivamente inizia a desiderare di addormentarsi e non svegliarsi più o di morire accidentalmente, ad esempio in un incidente stradale. Nei casi più gravi il suicidio è lucidamente programmato con piani minuziosi, fino alla messa in atto del gesto. La convinzione che non esista possibilità di trovare aiuto e la perdita di speranza portano a concepire tale gesto come unica liberazione dalla sofferenza o come giusta espiazione delle proprie colpe. Il rischio di suicidio deve sempre essere preso in considerazione e dalla sua valutazione dipende la possibilità di terapia farmacologica ambulatoriale o la necessità di optare per il ricovero.

**Sintomi associati** - Ai sintomi depressivi sono spesso associati sintomi della serie ansiosa. È presente anche il calo del desiderio sessuale che si presenta in genere nelle prime fasi della malattia, a differenza di quanto avviene nei disturbi d'ansia, nei qua-



li invece i pazienti mantengono un discreto funzionamento.

**S p e s s o**

sono inol-

tre presenti alterazioni delle funzioni somatiche: più frequentemente

sono interessati gli apparati digerente, cardiovascolare e urogenitale.

Nella depressione vi sono variazioni d'intensità dei sintomi. Tipica, ad esempio, è l'alternanza diurna: il paziente, al risveglio mattutino, si sente maggiormente depresso e angosciato, mentre avverte un miglioramento dei sintomi nelle ore pomeridiane o serali. È inoltre presente una periodicità stagionale: le stagioni più a rischio sono la primavera e l'autunno, periodi dell'anno in cui statisticamente vi è una maggiore incidenza del disturbo depressivo.

È possibile fare diagnosi di Disturbo depressivo maggiore quando sono presenti i seguenti sintomi:

- tono dell'umore depresso;
- perdita di appetito con perdita superiore al 5% del peso corporeo nel giro di un mese o aumento dell'appetito con conseguente aumento ponderale;
- disturbi del sonno (insonnia o ipersonnia);
- agitazione o rallentamento psicomotorio;
- senso di spossatezza conseguente a mancanza d'energia psichica;
- sentimenti di autosvalutazione o di colpa eccessivi e inappropriati;
- riduzione della capacità di pensare, concentrarsi o prendere decisioni;
- pensieri ricorrenti di morte.

Quando sono presenti almeno cinque dei suddetti sintomi, da almeno due settimane, si può quindi parlare di disturbo depressivo in fase acuta e si rende necessario l'intervento dello specialista.

## Salvatore DI SALVO

Psichiatra, presidente dell'Associazione per la Ricerca sulla Depressione

tel. 011.6699584

(www.depressione-ansia.it).

• Mandate le vostre domande a: redazione@vocetempo.it - Il male invisibile.