



Depressione, le varie fasi della malattia

Ho notato che nella depressione ci sono varie fasi della malattia. Quali sono?

Franca

Gli stati d'animo e i sentimenti provati nel corso di una crisi depressiva variano a seconda della fase del disturbo. Nelle fasi iniziali lo stato depressivo viene vissuto come incapacità a provare un'adeguata risonanza affettiva alle situazioni, una accentuata labilità emotiva, accompagnate da stanchezza, svogliatezza e tristezza. Vi è la tendenza a attribuire tali sintomi a un eccesso di affaticamento, a stress o a cause fisiche e ciò determina la richiesta di esami di laboratorio e di altri tipi di accertamento strumentali.



Risponde
Salvatore Di Salvo,
psichiatra, presidente
Associazione
Ricerca Depressione
corso Marconi 2,
Torino - 011.6699584
www.depressione-
ansia.it

Va precisato che è legittimo e anche opportuno eseguire una batteria di esami al fine di individuare o di escludere la presenza di un'eventuale causa organica. Va però anche precisato che, nel momento in cui gli esiti di tali esami risultassero negativi, sarebbe necessario evitare di perdere ulteriore tempo con più approfonditi accertamenti e orientarsi sulla origine psichica del disturbo. Nelle fasi acute il disturbo dell'umore si manifesta con vissuti di profonda tristezza, dolore morale, senso d'inutilità, disperazione, associati alla perdita dello slancio vitale e

all'incapacità di provare gioia e piacere. **Senso di distacco e di inadeguatezza** - Il paziente avverte un senso di vuoto e di noia continui, non riesce a provare interesse per le normali attività, avverte sentimenti di distacco e di inadeguatezza nello svolgimento del lavoro abituale. Quello che prima era semplice diventa difficile e tutto appare irrisolvibile e insormontabile.

Perdita di interesse - Provocano fastidio e insoddisfazione le cose che prima procuravano piacere, come uscire con gli amici, andare al cinema o a teatro, anche interagire con le persone. L'interpretazione degli avvenimenti è orientata in senso pessimistico con una particolare attenzione per gli aspetti negativi.

Perdita dell'affettività - Il paziente avverte la sensazione di non sentire più emozioni positive nei confronti dei propri familiari e amici, di sentirsi arido e vuoto, di non riuscire a piangere e questo accentua l'atteggiamento di chiusura nei confronti del mondo.

Molto spesso sono presenti sensi di colpa per il fatto di stare male e di non riuscire a modificare la situazione. Tali sensi di colpa, che fanno parte del disturbo depressivo, sono accentuati dall'eventuale presenza di esortazioni rivolte al paziente a superare il disturbo con un atto di volontà e di accuse di non superare la crisi solo perché non «vuole» farlo. Come spesso affermato ribadiamo che le suddette esortazioni o accuse sono fondate su una scarsa conoscenza del disturbo depressivo e hanno un'origine esclusivamente pregiudiziale.

La mancanza di autostima, assieme alle sensazioni d'inadeguatezza e d'insicurezza, sono spesso talmente accentuate da determinare il rifiuto del rapporto con gli altri e anche una spiccata tendenza alla chiusura in se stessi. Dopo molti mesi/anni di depressione sono frequenti gli atteggiamenti di autocommiserazione, con l'ossessiva domanda che il paziente rivolge a se stesso e agli altri: «Come ho fatto a ridurmi così?». Sono sempre presenti sentimenti di angoscia, di disperazione e di perdita di senso dell'esistenza. Molto frequente è anche il timore di non uscire più da quella situazione, di non riuscire più a guarire e tornare a essere la persona che era prima della malattia. Se il timore si trasforma in fermo convincimento, il paziente può giungere a desiderare la propria morte come unica possibile soluzione e, nei casi più gravi, anche a porre in atto comportamenti anti-conservativi.

Salvatore DI SALVO