

INDHOLD

Forord

1	Overblikket. Tyve punkter om depression	11
2	Hvad er depression?	17
	<i>Depression eller sorg?</i>	17
	<i>En plage for den enkelte</i>	19
	<i>Samfundets sygdomsbyrde nummer et</i>	20
3	Symptomerne	27
	<i>Kernesymptomer</i>	29
	<i>Ledsagesymptomer</i>	30
	<i>Fire andre depressionssymptomer</i>	37
	<i>De melankolske symptomer</i>	40
	<i>De atypiske symptomer</i>	41
	<i>Symptomresumé med anden opdeling</i>	43
4	Diagnoser og forløb	45
	<i>Unipolare depressioner</i>	46
	<i>Bipolare depressioner</i>	49
	<i>Depressivt tilpasningssyndrom</i>	49
	<i>Specielle depressionsformer</i>	50
5	Bipolar affektiv lidelse – den mani-depressive sygdom	55
	<i>Hypighed, alder og køn</i>	56
	<i>Mani</i>	56
	<i>Hypomani</i>	58
	<i>Diagnoser og forløb</i>	58
	<i>De alvorlige følger af ubehandlet bipolar lidelse</i>	62
6	Depression hos børn og unge. Af Per Hove Thomsen	65
	<i>Hvordan optræder depression hos børn og unge?</i>	65
	<i>Samsygelighed</i>	71
	<i>Hypighed og forløb</i>	71
	<i>Behandling</i>	72
7	Depression hos ældre. Af Nils Christian Gulmann	77
	<i>Hypighed af depression hos ældre</i>	78
	<i>Symptomer på depression hos ældre</i>	79
	<i>Følger af depression hos ældre</i>	81
	<i>Årsager til depression hos ældre</i>	82
	<i>Behandling</i>	83
	<i>Behandlingssamarbejdet med den ældre</i>	85
	<i>Forebyggende behandling</i>	86

8	Livskvalitet og depression: Brugen af spørgeskemaer. Af Per Bech	.89
	<i>Kan depression måles?</i>	.89
	<i>Hvornår skal depression måles?</i>	.90
	<i>Hvordan scores det enkelte symptom?</i>	.90
	<i>MDI-depressionsspørgeskemaet</i>	.93
	<i>Hvordan bruges depressionsspørgeskemaet?</i>	.95
	<i>Internetkommunikation</i>	.96
	<i>Kan livskvalitet måles?</i>	.97
	<i>Hvordan bruges et livskvalitetsspørgeskema?</i>	.98
9	Depression sammen med anden sygdom (samsygelighed)	.103
	<i>Angstsygdommene</i>	.105
	<i>Depression og misbrug</i>	.108
	<i>Depression og skizofreni</i>	.109
	<i>Depression og kropslig sygdom</i>	.109
10	Selv mord og selvmordsforsøg	.113
	<i>Hvem begår selvmord?</i>	.113
	<i>Hvad skyldes selvmord?</i>	.116
	<i>Depression og selvmord</i>	.116
	<i>Hvad er de alvorlige forvarster?</i>	.118
	<i>Hvad kan og skal de pårørende gøre?</i>	.118
11	Stress og udbrændthed	.121
	<i>Hvad er stress?</i>	.122
	<i>To typer stress</i>	.124
	<i>Symptomer og konsekvenser ved stress</i>	.124
	<i>1. De psykiske symptomer</i>	.125
	<i>2. Adfærdssændringer</i>	.125
	<i>3. Udbrændthed og de psykiske følgesygdomme</i>	.125
	<i>4. De kropslige symptomer</i>	.127
	<i>5. De biologiske forandringer</i>	.128
	<i>6. De fysiske stress-sygdomme</i>	.130
12	Ny forståelse af psykiske sygdomme og deres årsager	.131
	<i>Samspillet mellem det psykiske og det fysiske</i>	.131
	<i>Hjernens plasticitet</i>	.132
	<i>Sårbarhed-stress-modellen som årsagsforklaring</i>	.134
	<i>Endogen eller eksogen</i>	.134
13	Psykosociale årsager til depression. Af Esben Hougaard	.137
	<i>Sårbarhed-stress-modellen</i>	.137
	<i>Aktuelle årsagsmekanismer</i>	.138
	<i>Barndomsoplevelser som sårbarhedsfaktorer</i>	.141
	<i>Psykologisk sårbarhed</i>	.141
	<i>Udløsende begivenheder</i>	.145
	<i>Psykosocial sårbarhed og stress</i>	.147
	<i>Kvinder og depression</i>	.149
	<i>Mange veje til depression</i>	.150
14	Biologiske årsager til depression	.153
	<i>Biologiske sårbarhedsfaktorer</i>	.153

	<i>Udløsende biologiske stressfaktorer</i>	155
	<i>Biologiske årsagsmekanismer</i>	156
	<i>Serotonin</i>	160
	<i>Noradrenalin og dopamin</i>	161
	<i>Vækstfaktorer</i>	163
	<i>Kan man se en depression?</i>	166
	<i>Samspillet mellem udløsende faktorer og årsagsmekanismer</i>	168
15	Forebyggelse af depression	177
	<i>Om at mindske risikofaktorerne</i>	177
	1. <i>Stress under graviditet</i>	179
2.	<i>Barndommen</i>	180
	3. <i>Stress i voksenlivet</i>	180
	4. <i>Livsstilsfaktorer</i>	183
	5. <i>Pas på ved kropslig sygdom</i>	185
	6. <i>Medicin og stoffer</i>	185
16	Behandlingsforløbet – de første skridt	187
	<i>Hvordan får man mistanke om depression?</i>	188
	<i>De tre principielle trin i behandlingsforløbet</i>	189
	<i>Hvor går man hen og får behandling?</i>	190
	<i>Hvad gælder det om, når man er kommet til behandleren?</i>	193
	<i>Samtalebehandling – med eller uden medicin?</i>	195
17	Psykoterapi ved depression. Af Esben Hougaard	197
	<i>Kognitiv terapi</i>	198
	<i>Interpersonel terapi</i>	201
	<i>Par- og familierapi</i>	204
	<i>Nye terapiformer</i>	205
	<i>Bipolar affektiv lidelse</i>	210
	<i>Selvhjælpsterapi</i>	211
	<i>Psykoterapi – hvordan og hvornår?</i>	212
18	Medicinsk behandling af depression	217
	<i>Inddeling</i>	217
	<i>Forbrug</i>	220
	<i>Antidepressivas gode virkninger</i>	228
	<i>Behandlingsforløbet i praksis – valg af medicin</i>	230
	<i>Dosis og varighed</i>	231
	<i>Gentest</i>	233
	<i>Bivirkninger</i>	235
	<i>Psykoese medicin (antipsykotika) som antidepressiva</i>	238
	<i>Stemmingsstabiliserende medicin – bipolar depression</i>	240
	<i>Nye perspektiver</i>	242
19.	Indlæggelse, sygepleje og omsorg	
	Af A. Deleuran, C. Sterlie og B. Bækgaard Brasch	245
	<i>Hvem indlægges?</i>	245
	<i>Sygeplejersken som kontaktperson</i>	246
	<i>Observation – hvad og hvorfor?</i>	247
	<i>Sygepleje og lindring af symptomer</i>	248
	<i>Pårørende er vigtige samarbejdspartnere</i>	252

	<i>Sygepleje – vigtigt for andre faggruppers behandling</i>	.253
	<i>Udskrivelsen – den sårbare periode</i>	.255
	<i>Psykoedukation – ‘depressionskole’</i>	.256
	<i>Depression hos borgere i eget hjem og på plejehjem</i>	.257
	<i>Sygepleje, livsstil og forebyggelse</i>	.258
20.	Fysiske behandlingsformer ved depression	.261
	<i>Lysbehandling</i>	.261
	<i>Vågeterapi</i>	.263
	<i>Elektrostimulation</i>	.264
	<i>Vagus nerve stimulation (VNS)</i>	.266
	<i>Transkraniel magnetisk stimulation (TMS)</i>	.267
21.	Komplementære behandlingsmetoder	.269
	<i>Akupunktur</i>	.269
	<i>Afspænding, massage og hypnose</i>	.270
	<i>Plantemedicin og kosttilskud</i>	.270
22.	Familien og de pårørende	.275
	<i>Om at få øje på de første symptomer – og gøre noget</i>	.275
	<i>Skaf skriftlig information</i>	.277
	<i>Gå til lægen</i>	.277
	<i>De pårørendes frustration</i>	.278
23.	Depression og arbejdsliv. Af Jesper Karle og Lars Aakerlund	.279
	<i>Depression set med arbejdspladsens øjne</i>	.279
	<i>Sammenhæng mellem stress og depression</i>	.280
	<i>Arbejdspladsens ansvar</i>	.281
	<i>Hvordan undgår man at miste sit arbejde på grund af depression?</i>	.283
	<i>Hensigtsmæssig indretning af arbejdsplads og psykisk arbejdsmiljø</i>	.285
	<i>Varige støtteforanstaltninger</i>	.286
24.	Depression og sundhedsøkonomi. Af Jes Søgaard og Per Bech	.289
	<i>Hvorfor sundhedsøkonomiske analyser?</i>	.290
	<i>Depressionsbehandlingens økonomi</i>	.291
	<i>Omkostning-effekt-analyser</i>	.293
	<i>Depression og sundhedsøkonomi – afrunding</i>	.296

Appendix og index