

BKT dječje i adolescentne depresije



Doc. dr. sc. Vlatka Boričević Maršanić, dr. med.

HUBIKOT 14.03.2020.

Depresija u djece i adolescenata ????

- postojanje depresije u djece dugo se osporavalo - nezrela struktura ličnosti
- učestali opisi djece koja su manifestirala tugu, iritabilnost, promjene koncentracije, apetita i spavanja uz suicidalne ideje i ponašanja
- tek 1971. godine priznata poremećajem od strane europskih dječjih psihijatara



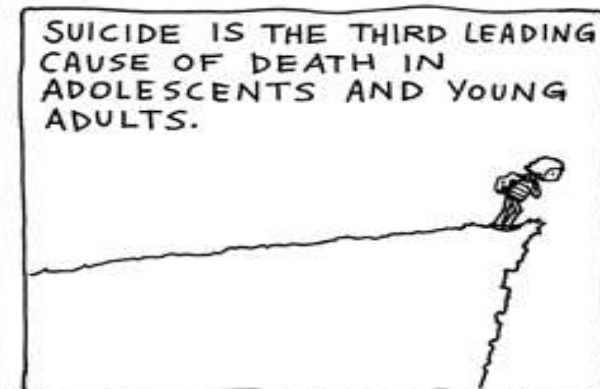
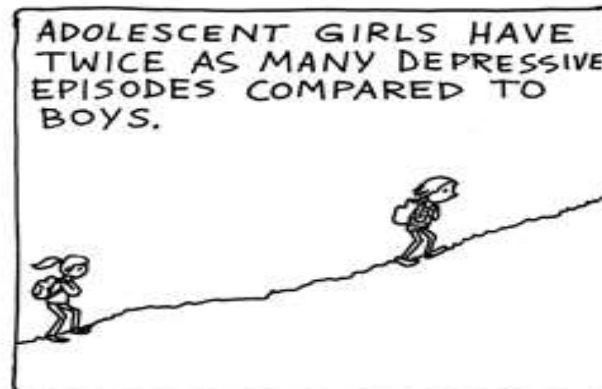
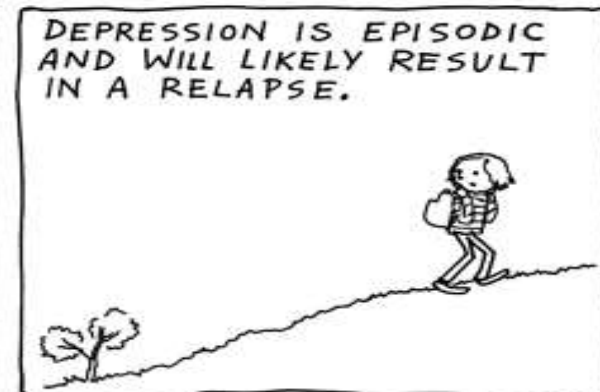
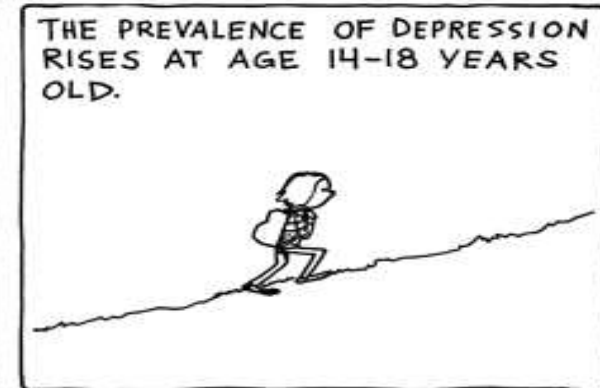
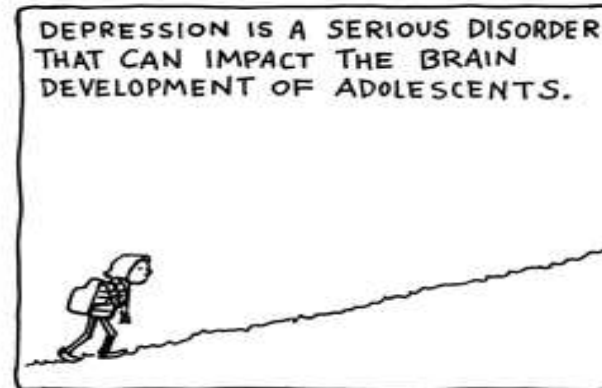
Depresija u djece i adolescenata

- nije samo loše raspoloženje i povremena potištenost
- ozbiljan psihički poremećaj

Važno je razlikovati

- **depresivno raspoloženje** – svi ga ponekad imamo
- **depresivni sindrom** - sklop depresivnih simptoma (subklinička depresija)
- **depresivni poremećaj** – zadovoljava sve kriterije za dijagnozu poremećaja (nije samo loše raspoloženje i povremena potištenost)

ABOUT ADOLESCENTS AND DEPRESSION



Depresivni poremećaji - klasifikacije

MKB - 10

- F32 Depresija
- F33 Povratni depresivni poremećaj
- F34 Stalni poremećaji raspoloženja
 - F34.0 Ciklotimija
 - F34.1 Distimija
- F38 Drugi poremećaji raspoloženja
- F39 Poremećaj raspoloženja, nespecifičan

- F43.2 Poremećaj prilagodbe s depresivnim raspoloženjem

DSM -5

- Veliki depresivni poremećaj
- Perzistentni depresivni poremećaj (distimija)
- Premenstrualni disforični poremećaj
- Depresivni poremećaj prouzročen psihoaktivnim tvarima/lijekom
- Depresivni poremećaj zbog drugog zdravstvenog stanja

- Drugi specificirani i nespecificirani dep. poremećaj (mala ili subsindromalna dep.)

Epidemiologija - Prevalencija

VELIKA DEPRESIVNA EPIZODA		DISTIMIJA	
Predškolska dob	0,3 -1,4%	Predškolska dob	oko 0.6%
Školska dob	1 -2%	Školska dob	0.6 - 4.6%
Adolescencija	3 - 8%	Adolescencija	1.6 - 8%
Adolescentice	do 20%		



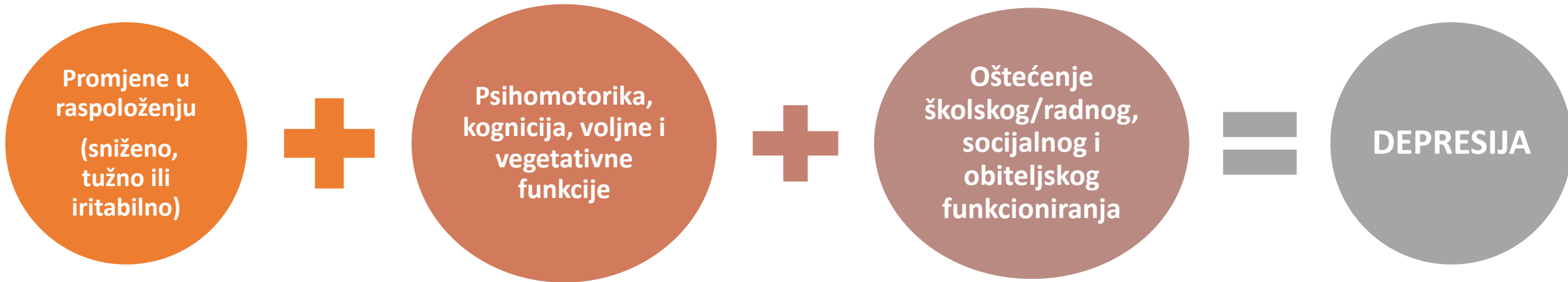
Djeca M=Ž
Adolescenti Ž:M = 2:1

10-20% supklinička simptomatologija !!!

- neke simptome depresije (dg. kriteriji)
- značajne teškoće u funkcioniranju
- 2/3 ima povećan rizik razvoj velike depresivne epizode i suicid

Depresija je

lat. depressum – potištenost, utisnutost



Depresivni poremećaj je kompleksna, sistemska bolest



Dg. kriteriji za depresiju

Jednaki su za djecu kao i za odrasle

sniženo i/ili **razdražljivo** raspoloženje, ili gubitak interesa ili zadovoljstva u svim ili gotovo svim aktivnostima, traje najmanje 2 tjedna uz još neke od sljedećih znakova:

- Promjene **apetita** s vidljivim (nenamjernim) padom ili povećanjem tjelesne težine
- Promjene u navikama **spavanja** (smetnje uspavlivanja, buđenje noću, rano buđenje ujutro ili prekomjerno spavanje).
- **Umor** ili gubitak energije, snage, iscrpljenost, osjećaj "sagorijevanja"
- Neopravdani osjećaji **krivnje** i samopredbacivanja
- Nesposobnost **koncentracije** i donošenja odluka
- Osjećaji **beznada** i bespomoćnosti
- Misli o **smrti** i samoubojstvu koje se vraćaju, čežnja za smrću i pokušaji samoubojstva



Težina depresivne epizode

Blaga (F32.0)

- barem **4 simptoma**: 2 tipična + 2 druga
- **blaži poremećaj socijalnog funkcioniranja** (uz manje teškoće osoba više ili manje uredno obavlja svoje socijalne i radne obaveze)

Umjerenjena (F32.1)

- barem **5 simptoma**: 2 tipična + 3 druga
- **umjeren poremećaj socijalnog funkcioniranja** (osoba ima većih teškoća u obavljanju poslova: radni efekt je značajno smanjen; značajno su smanjeni uobičajeni kontakti i aktivnosti)

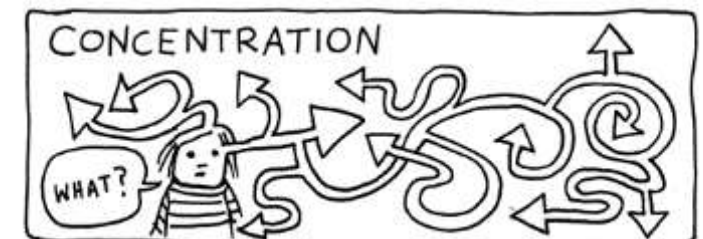
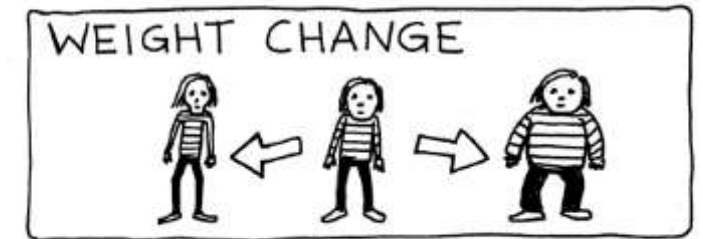
Teška (F32.2)

- barem **7 simptoma**: 3 tipična + 4 ostala
- obično je prisutna **jača uznemirenost ili usporenost i somatski sindrom**
- u slučaju vrlo teških simptoma moguće je postaviti dijagnozu za ovu epizodu i kada simptomi traju **kraće od 2 tjedna**
- **znatno ograničene socijalne i radne aktivnosti** (većinu vremena osoba može provesti ništa ne radeći, nije radno sposobna)

Klinička obilježja depresije u djece prema dobi

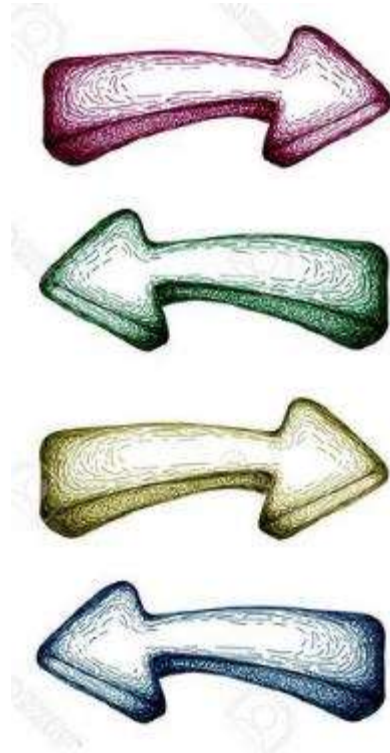
<p>Dijete do 3. godine tzv. anaklitička depresija</p>	<p>Tužan izraz lica, oskudno plakanje, usporene kretnje ili hiperaktivnost, iritabilnost, nesudjelovanje u igri, problemi hranjenja i spavanja, usporen psihomotorni razvoj</p>
<p>Predškolska dob</p>	<p>Plačljivost, odsutnost osmijeha, iritabilnost, zaostajanje u rastu i razvoju, česte tjelesne pritužbe, nesudjelovanje u igri, ili sudjelovanje uz destruktivnost</p>
<p>Školska dob</p>	<p>Loše raspoloženje, poteškoće koncentracije, problemi učenja, odbijanje škole, iritabilnost, plačljivost, izbjegavanje vršnjaka, suicidalne misli te česti tjelesni simptomi</p>
<p>Adolescencija</p>	<p>Neraspoloženje, anhedonija, osjećaj beznadnosti, krivnje, psihomotorna usporenost, promjene težine, apatija, socijalno povlačenje, poremećaj sna, suicidalnost ili smetnje ponašanja, ovisnosti, promiskuitet</p>

SYMPTOMS OF DEPRESSION



Depresija – odrasli vs djeca i adolescenti

- sniženo, depresivno raspoloženje
- smanjen interes i uživanje u ranije ugodnim aktivnostima
- gubitak ili porast tjel. težine
- nesanica ili prekomjerno spavanje
- psihomotorna retardacija ili agitacija
- umor ili gubitak energije
- smanjena sposobnost koncentriranja i donošenja odluka
- nisko samopoštovanje, osjećaj krivnje
- povratne suicidalne ideje ili ponašanje



- iritabilnost, ljutnja, izljevi bijesa
- izostanak doživljaja sreće, osjećaj dosade, gubitak interesa za igru, sport
- nemogućnost postizanja razvojno očekivane težine; kod adolescenata često prejedanje i porast tjel. težine
- promjene obrasca spavanja, uspavlivanja, odbijanje jutarnjeg buđenja ili rano jutarnje buđenje
- poteškoće mirovanja, stalno koračanje ili naglašena usporenost
- osjećaj “niske energije”, “lijenosti”
- pad učinkovitosti u školi zbog smanjene motivacije, sposobnosti koncentracije, čestih izostanaka
- izjave “nitko me ne voli, svi me mrze, glup sam”, beznadežnost, samokritičnost, okrivljavanje sebe za sve
- učestala razmišljanja i pričanje o smrti, pisanje o smrti, darivanje omiljenih stvari i igračaka, autodestruktivno ponašanje, bježanje od kuće
- somatske pritužbe kod 70% oboljelih
- pretjerana osjetljivost na odbacivanje, socijalna izolacija, poteškoće u odnosima s vršnjacima i članovima obitelji

Depresija

Tuga
(klasična slika)



Atipična



Somatizacija



Iritabilnost/
Agresivnost (agitirana depresija)



Depresija u djece i adolescenata - Komorbiditet



40 do 70% djece i adolescenata s depresijom ima još jedan psihički poremećaj

- dulje trajanje depresivne epizode
- lošiji odgovor na terapiju
- veći broj pokušaja suicida
- veće oštećenje funkcioniranja
- veći rizik od relapsa i ponavljanja epizoda
- manje korištenjem psihijatrijske skrbi

Razlike u depresiji između djevojaka i mladića

Djevojke

- osjećaj žalosti, praznine, anksioznosti
- više zabrinute vršnjačkim odnosima
- savjesnije i nižeg samopoštovanja u odnosu na mladiće
- manje zadovoljne izgledom
- češći su somatski simptomi



Mladići

- osjećaj prijezira, ljutnje, dosade
- pokazuju opzicionalnost i smetnje ponašanja u vidu: markiranja, bježanja od kuće, fizičkog nasilja, krađa
- zlouporaba sredstava ovisnosti



Posljedice depresije kod djece i adolescenata

puno veće od samo melankoličnog raspoloženja

DEPRESIVNI EKVIVALENTI = MASKIRANA DEPRESIJA

- **Problemi u školi** – umor ili nedostatak energije, teškoće koncentracije; u školi to dovodi do izostanaka, lošijeg školskog uspjeha, napetosti i razočaranja kod ranije dobrih učenika
- **Štetna uporaba alkohola i droga** – pokušaj „samo-liječenja“ njihove depresije. Na žalost, korištenje alkohola i droga samo pogoršava stanje.
- **Sniženo samopoštovanje** – u depresiji se javljaju ili intenziviraju misli o ružnoći, sramu, neuspjehu, bezvrijednosti
- **Ovisnost o internetu** – mladi koriste internet kako bi izbjegli suočavanje s vlastitim problemima. Pretjerano korištenje interneta pojačava njihovu izolaciju i čini ih još depresivnijim.
- **Rizična ponašanja** – depresivni mladi mogu iskazivati opasna ili visoko-rizično ponašanje kao što su nepažljiva vožnja, nekontrolirano pijenje ili seksualno ponašanje, bježanje od kuće
- **Nasilje** – neke depresivne mlade osobe (najčešće dječaci koji su žrtve zlostavljanja) postaju nasilni. Mržnja prema samome sebi i želja za umiranjem mogu dovesti do nasilnog ponašanja prema drugima i ponekad pokušaja ubojstva.

Bipolarni poremećaj u adolescenciji

- Učestalost 1%
- **izmjenjivanje epizoda**
 - sniženog raspoloženja (depresija)
 - povišenog raspoloženja (hipomanija, manija)
 - miješane epizode (istovremena prisutnost depresije i manije)
- **labilno raspoloženje** uz brze izmjene simptoma manije i depresije, i po nekoliko puta dnevno
- izražena deterioracija u ponašanju - iritabilnost progredira u afektivne oluje s fizičkom i verbalnom agresivnošću, uz česte poremećaje spavanja, impulzivnost, distraktibilnost, hiperseksualiziranost, loš školski uspjeh, zlouporabu sredstava ovisnosti
- visok rizik suicidalnosti (1/3 pokušaja suicida)
- 20-40% depresija u adolescenata prelazi u BP – veći rizik kod psihotične i atipične depresije



Suicidalnost u adolescenata

Suicidalno ponašanje

- želja za smrću
- suicidalne misli (ideje o počinjenju suicida)
- planovi o izvršenju suicida
- pokušaji suicida
- izvršeni suicid



Uzroci

- psihički poremećaji
- stresni životni događaji
- problemi u socijalnoj prilagodbi
- socio-kulturni čimbenici
- genetski čimbenici

Epidemiologija

- Samoubojstvo je 2. uzrok smrti među mladima (SZO, 2014)
- Mladići češće izvršavanju suicid
- Djevojke češće pokušavaju suicid

Neposredni uzroci:

- Obiteljski konflikti
- ljubavni konflikti
- školske poteškoće
- strah od kazne nakon prekoračenja pravila ili kažnjivog postupka
- problemi s alkoholom i drogom

Znakovi upozorenja za suicidalno ponašanje u adolescenata DATI PAŽNJU, SHVATITI OZBILJNO, SPASITI ŽIVOT

- promjene apetita i spavanja
- povlačenje od obitelji i prijatelja
- gubitak zanimanja za uobičajene aktivnosti
- ustrajna dosada i/ili teškoće koncentracije
- neuobičajeno zanemarivanje vanjskog izgleda
- pritužbe na tjelesne tegobe - strah
- Korištenje droga i/ili alkohola
- razdražljivost - neobjašnjivo ili neuobičajeno žestoko, nasilno ili buntovno
- bježanje od kuće
- nagli šk. neuspjeh
- samoozljeđivanje – rezanje, grebanje, paljenje
- usredotočenost na temu smrti – crtanje, pjesme, uzori
- poklanjanje vrijednih stvari
- razgovori o samoubojstvu ili planiranje samoubojstva, čak i u šali
- prijetnje ili pokušaj samoubojstva



Liječenje depresije u djece i adolescenata

- **Blaži** – podrška, psihoterapija
- **Srednji** – psihoterapija, antidepresivi, kombinirano liječenje
- **Teški** simptomi – antidepresivi **obvezni**, kombinirano liječenje

Cilj = remisija - potpuna uklanjanje svih simptoma

Individualizirani pristup u liječenju

težina poremećaja, stupanj disfunkcionalnosti, rizični i protektivni faktori, komorbiditet, somatske bolesti, hereditet, ...

Etiologija dječje depresije - multifaktorijalna

Biološki čimbenici

- gensko nasljeđe 40-65%; 50 do 75% majka boluje od depresije
- Dopaminergički, noradrenergički, serotoninergički, acetilkolinergički, gabaergički neurotransmitterski sustavi
- neuropeptidni sustav (vazopresin i endogeni opijati)
- disregulacija osi hipotalamus-hipofiza-nadbubrežna žlijezda

Psihološki čimbenici

- temperament
- bihevioralna inhibicija
- negativni kognitivni stil
- disregulacija emocija
- prisutnost anks. porem.
- subklinička depresija
- Deficiti strategija rješavanja problema
- Deficiti socijalnih vještina

Okolinski čimbenici

- stresni životni događaji - značajni gubitci, razvod roditelja
- obiteljska disfunkcionalnost (izloženost konfliktima, nasilje, ovisnosti, bolesti u obitelji)
- loš odnos roditelj- dijete (krutost, kritičnost, bez topline)
- zanemarivanje u obitelji
- traumatska iskustva – bullying, zlostavljanja

Depresija u djece i adolescenata - Protektivni čimbenici

Individualni

- Blag temperament
- Bolje intelektualno funkcioniranje
- Samopouzdanje
- Empatija
- Talenti
- Slobodne aktivnosti
- Hobi

Stabilna i podržavajuća obiteljska sredina

- Pozitivan odnos roditelj – dijete
- Aktivna roditeljska briga
- Jasne granice u ponašanju
- Provođenje slobodnog vremena zajedno
- Zajednički obroci

Stabilna i podržavajuća školska sredina

- dobri odnosi s vršnjacima i nastavnicima
- realna očekivanja u školi
- primjeren program
- vanškolske aktivnosti

Depresija – KB teorije

Bihevioralne teorije

- **FERSTEROVA BIHEVIORALNA ANALIZA** - nedostatak pozitivnih potkrepljenja je posljedica toga što je ponašanje depresivne osobe negativno motivirano, a ne pozitivno
- **LEWINSOHNNOVA BIHEVIORALNA TEORIJA** - manjak izvora pozitivnog potkrepljenja u okolini, deficiti socijalne vještine i sposobnost da u socijalnim interakcijama doživi ugodu

Kognitivne teorije

- **SELIGMANOVA TEORIJA NAUČENE BESPOMOĆNOSTI** - deficit kontrole nad pozitivnim potkrepljenjima
- **BECKOVA KOGNITIVNA TEORIJA**

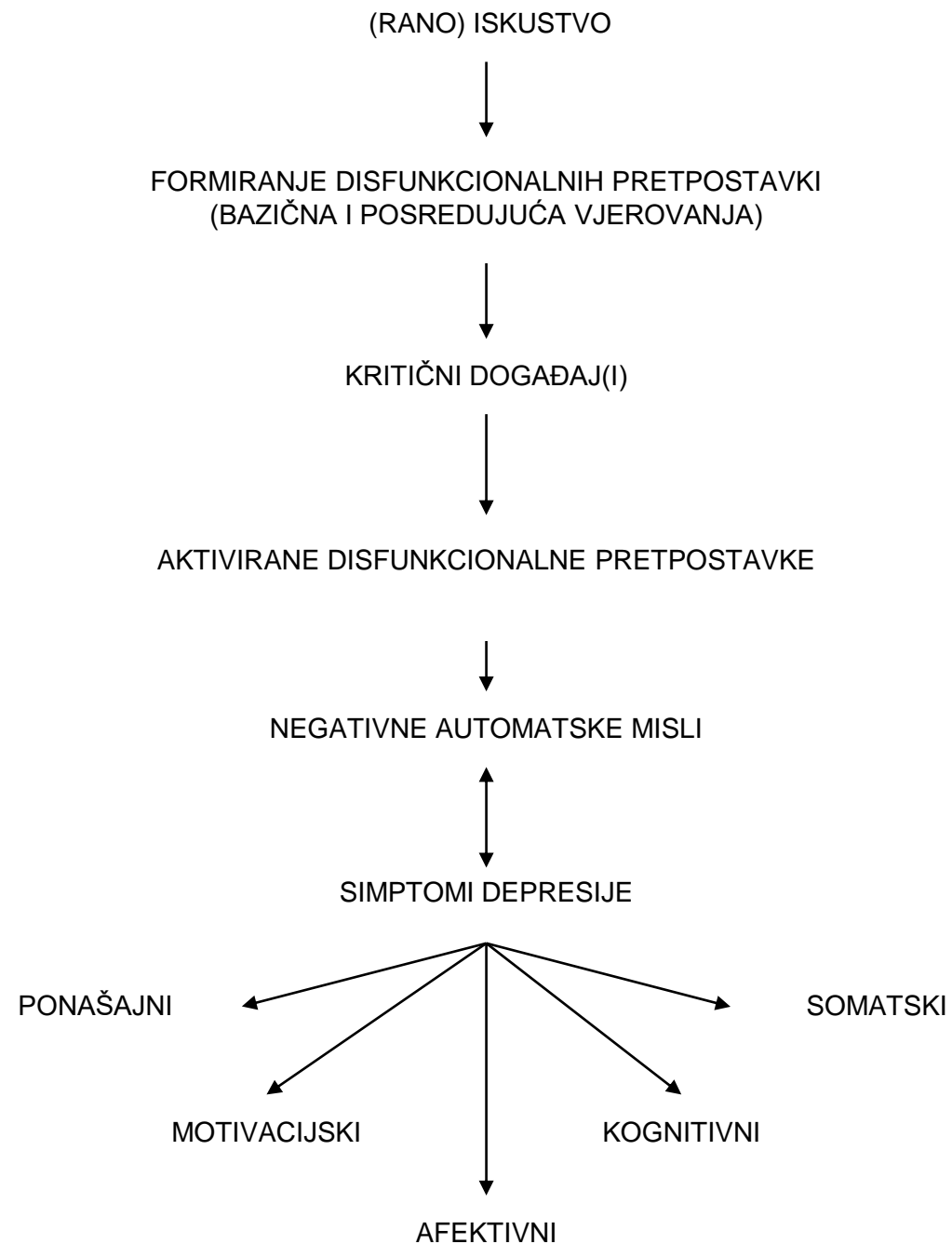
Bihevioralno kognitivne teorije

- **REFORMULIRANA ATRIBUCIJSKA TEORIJA** - posljedica kombinacije negativnih iskustava i negativnog atribucijskog stila (interpretacije događaja)
- **REHMOVA TEORIJA SAMOKONTROLE** – deficiti samoregulacije- samoopažanja, samoevaluacije, samopotkrepljenja

Beckova kognitivna teorija depresije

Depresivna trijada:

- negativna percepcija sebe
- tendencija da se tekući događaji interpretiraju na negativan način
- negativno viđenje budućnosti



Simptomi depresije u djece i adolescenata

EMOCIONALNI SIMPTOMI

tuga, plačljivost, strah, anksioznost, disforija, ljutnja, razdražljivost, krivnja, bespomoćnost, beznadnost

TJELESNI SIMPTOMI

umor, nedostatak energije, glavobolje, promjene apetita i tjelesne težine, smetnje spavanja, izrazita iscrpljenost, bolovi

KOGNITIVNI SIMPTOMI

samookrivljavanje, teškoće koncentracije, negativna slika sebe, svog izgleda i ponašanja ⇨ suicidalne misli, ideje o samoozljeđivanju, konfuznost, sumoran i pesimističan pogled na budućnost

BIHEVIORALNI SIMPTOMI

plačljivost, psihomotorički nemir ili usporenost, izbjegavanje aktivnosti i socijalnih odnosa, samoozljeđivanje, konzumacija alkohola i droga

Depresije u djece i adolescenata

Dijagnostička procjena uključuje:

- klinički intervju (dijete, roditelj)
- prisutnost rizičnih i zaštitnih čimbenika
- procjena suicidalnosti
- procjenu komorbidnih stanja
- fizički pregled i laboratorijske pretrage
- primjena dijagnostičkih instrumenata (BDI, CDI, CBCL)
- djetetove snage, prednosti, jake strane

Podaci od:

- Dijete, roditelji, obitelj
- Vrtić, škola, ustanova, CZSS



Depresija u djece i adolescenata – somatska obrada

- Rutinski lab. nalazi – KKS, DKS, GUK,....
- Hemoglobin, Fe, UIBC, TIBC
- Hormoni štitnjače
- EEG
- Pregled endokrinologa – pretilost, štitnjača
- Pregled ginekologa – nereguliran menstruacijski ciklus
- Ostalo po potrebi

Strategije BKT depresije djece i adolescenata

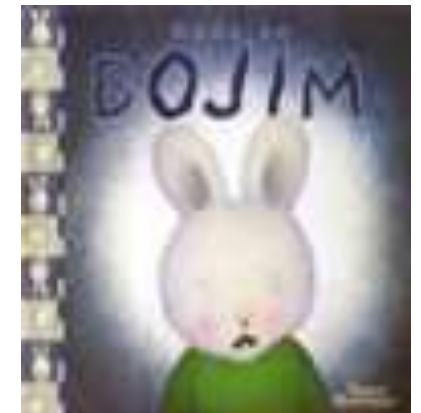
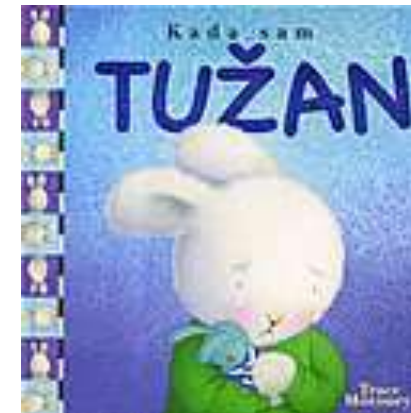
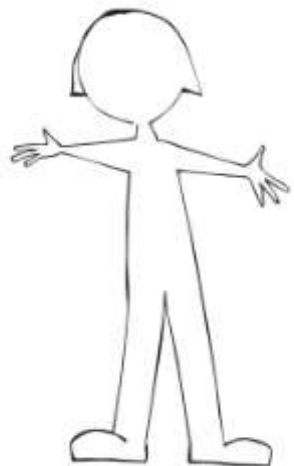
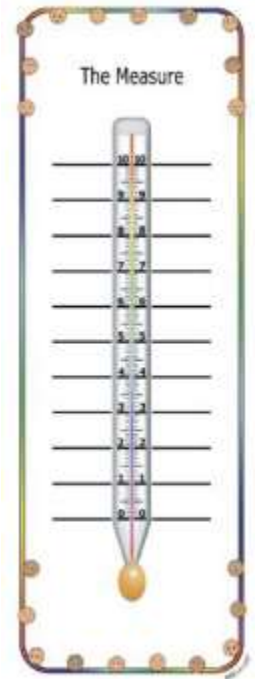
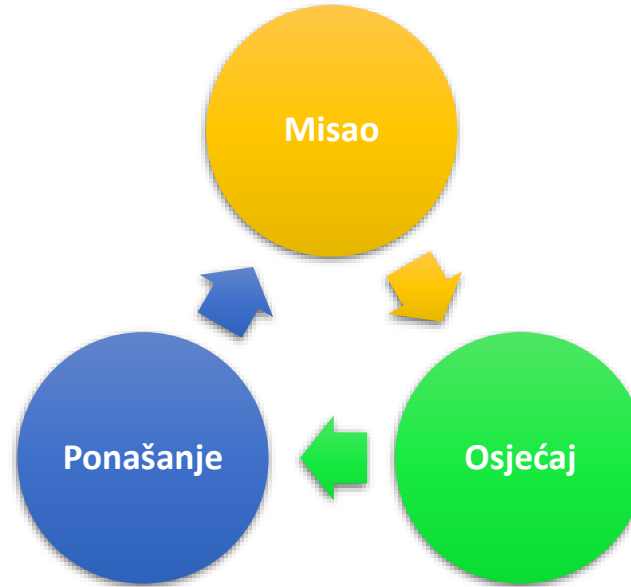
TIJELO	<ul style="list-style-type: none">– ublažavanje tjelesnih simptoma
PONAŠANJE	<ul style="list-style-type: none">– praćenje i planiranje aktivnosti– postupno povećanje aktivnosti– procjena uspješnosti i zadovoljstva
EMOCIJE	<ul style="list-style-type: none">– distrakcije– ovladavanje negativnim emocijama
MIŠLJENJE	<ul style="list-style-type: none">– kognitivna restrukturacija– reatribucija

Plan tretmana depresije djece i adolescenata

- dijete, roditelje, obitelj, školu
 - konceptualizacija
1. procjena - kognitivna, bihevioralna, interpersonalna, suicida - upitnici, skale - lijekovi
 2. psihoedukacija – KB model depresije i KBT
 3. postavljanje ciljeva
 4. bihevioralna aktivacija i druge bihevioralne tehnike
 5. kognitivne intervencije
 6. sprečavanje povrata
 7. postepeno završavanje terapije

BKT dječje i adolescentne depresije

- Psihoedukacija
- Afektivna edukacija
 - rani znakovi osjećaja
 - moj metar osjećaja (1-10)
 - riječnik o osjećajima
 - emocionalna zagonetka
 - emocionalni kipovi
 - emocionalna ekspresija





Igre



If You're  and You Know It...



ANGRY

1. Walk away
2. Take 10 deep breaths
3. Drink water
4. Count how many things you see that are red

Sad



1. Take 5 deep breaths
2. Sing a song in your head
3. Count how many things you see that are blue
4. Write about how you feel



SCARED

1. Take 5 deep breaths
2. Recall a happy memory
3. Count how many things you see that are purple
4. Draw a picture



Happy

That's wonderful!
Keep up the good work!

„INSIDE OUT” („Izvrnuto obrnuto”)

**DZ : pogledati s roditeljima uz kasniju
diskusiju na seansi**