

HEILSA

Sera umráðandi at taka tunglyndi í stórum álvara



Heilivágurin lekir ikki tunglyndi, men linnir. Ti skal heilivágur takast so leingi, sum tunglyndið nívir

Sjúkan kemur ofta sníkjandi, og sjúkueyðkennini verða sjónligari so hvørt, sum tunglyndi mennir seg. Tað er talið av sjúkueyðkennum, sum ger av, hvat slag av tunglyndi talan er um

Vilmund Jacobsen

Øll menniskju hava skiftandi dagar í góðum og ringum hýri. Hetta er heilt vanligt. Tá fólk fær tunglyndi - ella depression - rakar hetta bæði sinnið og kroppin, og hýrurin svarar ikki til tað, tú vanliga upplivir.

Tunglyndi er ein álvarsom og langdrigin sjúka, sum í stóran mun ávirkar lívsgóðskuna, og tunglyndið fevnir um nógv ymisk fyrbrigdi.

Sjúkueyðkennini kunnu vera sera ymisk, og tað er eisini ymiskt í hvønn mun, sjúkueyðkennini ávirka hvørt einstakt menniskja. Hetta ger, at tunglyndi kann vera torført at staðfesta.

Kanningar vísa, at umleið helmingurin av teimum, ið dragast við tunglyndi, ongantíð hava fingið sjúkuna staðfesta, hóast tey hava verið hjá lækna.

Sálarlæknar skilja millum -

- Lættar depressiónir
- Miðal depressiónir
- Tungar depressiónir

Tað er talið av sjúkueyðkennum, ið ger av, hvat slag av depressión talan er um.

Sálarlig sjúka

Tunglyndi er ein sálarlig sjúka, og staðfestast kann, at tunglyndi kann gerast ein fólkasjúka.

Í Danmark stríðast í minsta lagi 200.000 fólk dagliga við tunglyndi, og summi eru verri fyrri enn onnur.

Fyri kvinnur er vandin fyrri at fáa tunglyndi onkuntíð á lívsleiðini umleið 15 prosent og hjá monnum umleið átta prosent.

Tunglyndi kann vera arvaligt, men fólk eiga altíð at trúgva, at tey



Fyri kvinnur er vandin fyrri at fáa tunglyndi onkuntíð á lívsleiðini umleið 15 prosent og hjá monnum umleið átta prosent

hava fingið tær bestu ílegurnar frá foreldrum sínum.

Ivaleynt er tað so, at evnini at stýra tørvinum av signalevnunum í heilanum eru arvalig.

Hóast eingin í familjuni hevur havt tunglyndi, kann sjúkan eisini standast av ymiskum hendingum á lívsleiðini, sum eitt nú álvarsligari sjúku, vanlukku, strongd og barnsburði.

Ofta eru tað fleiri orsøkir, ið saman elva til tunglyndi.

Sjúkueyðkenni og kanning

Tunglyndi kemur ofta sníkjandi, og sjúkueyðkennini verða sjónligari so hvørt, sum tunglyndi mennir seg. Sjúkueyðkennini eru mong -

- Huglagið á lágum støði, og hýrurin er ringur
- Tungar og daprar hugsanir og vónloysi
- Vantandi áhugi fyrri tí, ið áður var væl dámt
- Lítil og ongin orka og trupult at taka avgerðir
- Sjálvábreiðslur og skuldarkensla

- Pína í vøddum og liðum og ringur matarlystur
- Deyði og sjálmorð kunnu fylla nógv

Læknin kann staðfesta tunglyndi við persónligari kanning.

Spurningar verða settir um ymiskar støður í lívinum hjá viðkomandi. Læknin ger eisini eina umfatandi heilsukanning. Úrslitið av øllum hesum er avgerandi fyrri, hvør viðgerðin verður.

Týðningarmikið er, at sjúklingurin undir viðgerð við heilivági fær

holla vitan um sjúkuna, samstundis at viðkomandi verður stuðlaður og vegleiddur um lekingarmøguleikar.

Er talan um ikki so álvarsamt tunglyndi, kann samtalerapi vera nóg mikið.

Antidepressiva er heilivágur, ið kann gera, at tamarhald fæst á tunglyndi, og heilivágur kann eisini fyrirbyggja, at tunglyndi verður afturvendandi í framtíðini.

Tað eru fleiri sløg av antidepressiva. Sløgin virka ymiskt, og árinini eru eisini ymisk.

Er talan um álvarsamt tunglyndi, verður altíð viðgjørt við heilivági.

Uttan viðgerð kann tunglyndi føra til eina vandamikla støðu, har sjálmorðsroynd kann verða framd.

Tí er sera umráðandi, at fólk, ið dragast við tunglyndi, verða tikin í álvara, og at alt fer fram í samráð við lækna.

Heilivágur móti tunglyndi

Heilivágur fyrri tunglyndi verður niðurbrotin í livrini, og tað er sera ymiskt frá einum persóni til annan, hvussu drúgv niðurbrotingin er. Tí eru skamtaninar eisini sera ymiskar.

Við at taka blóðroyndir kann skamtanin ásetast so neyvt sum gjørligt fyrri at minka um hjáárinini.

Ymiskt er, hvussu heilivágurin virkar, og hvussu álvarsamt tunglyndi er. Tí er ofta torført at finna røttu viðgerðina beinanvegin.

Heilivágurin virkar ikki, fyrr enn viðgerðin hevur vart í einar tvær til triggjar vikur - alt eftir, hvør heilivágurin er. Í nøkrum førum kann viðgerðin vara í upp til seks vikur, áðrenn úrslitið sæst.

Heilivágurin lekir ikki tunglyndi, men linnir. Tí skal heilivágurin takast so leingi, sum tunglyndið nívir, og í miðal tekur hetta umleið eitt hálv til eitt heilt ár.

Um eingi sjúkueyðkenni eru eftir ávísa tíð, verða skamtaninar minkaðar, og so steðgar viðgerðin. Um sjúkueyðkennini koma aftur, verður aftur viðgjørt við heilivági.

Eftir fyrstu depressónina er vandin fyrri, at hon kemur aftur, størr, og nøkur hava tørv á lívs-langari fyrirbyggjandi viðgerð við antidepressivum heilivági.

Kelda: www.apotek.fo