

Uwagi wstępne

Dzielenie objawów depresji na somatyczne i psychiczne jest w znacznej mierze arbitralne, sztuczne, zakorzenione raczej w przyzwyczajeniach językowych, bądź niektórych koncepcjach teoretycznych, niż w rzeczywistości. Nie ma bowiem takiego objawu depresji, który nie pozostaje w silnym związku z cielesnością. Jeśli już chce się przeprowadzać taki podział (bo wcale nie jest to konieczne ani szczególnie cenne), to granicę między objawami somatycznymi a psychicznymi należałoby przeprowadzić inaczej niż to czyni się zazwyczaj. I tak do objawów somatycznych depresji powinno zaliczyć się nie tylko takie objawy jak bóle, zaparcia czy chudnięcie, ale i depresyjną zmianę nastroju podstawowego, zmianę podstawowej reaktywności emocjonalnej, związane z depresją wzmocnienie ogólnego poziomu lęku i jeszcze inne objawy nieraz klasyfikowane błędnie jako „psychiczne”.

Natomiast na miano objawów psychicznych depresji najbardziej zasługują: osłabienie decyzyjności (woli) oraz zaburzenia myślenia typu depresyjnego wraz z utratą sensu podejmowanych działań. Jednak i ich związek z somatycznością, fizycznością, organizmem pozostaje niewątpliwy.

Dopiero po tych zastrzeżeniach i uwagach można spróbować podzielić objawy depresji na objawy somatyczne i niesomatyczne (psychiczne).

Objawy psychiczne depresji

Objawy psychiczne w depresji
Zaburzenia woli - trudności w podejmowaniu decyzji, utrata celów, zobojętnienie na wartości, osłabienie lub utrata chęci życia.
Zaburzenia intelektu - zaburzenia myślenia typu depresyjnego: nowy, wcześniej nie występujący w takim stopniu, sposób myślenia o sobie i świecie, swojej przeszłości i przyszłości - krytyczny, przesadnie samoobwiniający, deprecjonujący lub wręcz całkowicie negatywny, zaprzeczający wszelkiej wartości, sensu itp.

Objawy somatyczne depresji oraz tzw. zespół somatyczny

Większość objawów depresji może być uważana za objawy somatyczne. Spośród objawów, które można określić jako somatyczne wyodrębnia się ponadto kilka szczególnych objawów, które tworzą tzw. „zespół somatyczny”. To wyodrębnienie ma charakter arbitralny, ale jest uzasadnione tym, że objawy składające się na zespół somatyczny są szczególnie przydatne w diagnostyce choroby depresyjnej, a ponadto są bardzo mocną przesłanką do zastosowania u danej osoby leczenia farmakologicznego. Zespół somatyczny depresji nie jest więc tym samym, co objawy somatyczne depresji.

Do objawów zespołu somatycznego, według opisu znajdującego się w ICD-10 zalicza się:

- utratę zainteresowań i obniżenie zdolności do odczuwania przyjemności
- wczesne budzenie się (kilka godzin wcześniej niż zwykle)
- większe nasilenie depresji w godzinach porannych
- wyraźne zahamowanie psychoruchowe lub podniecenie ruchowe (tzw. agitacja)
- brak lub wyraźne obniżenie apetytu, ubytek masy ciała
- brak lub wyraźne obniżenie popędu seksualnego

Nieobecność niektórych objawów zespołu somatycznego lub trudności z ich stwierdzeniem nie wykluczają rozpoznania depresji.

Objawy somatyczne depresji	Zespół somatyczny w depresji
<p>Zmiany dotyczące podstawowej energetyczności organizmu, jego reaktywności, nastroju podstawowego</p> <ul style="list-style-type: none"> ● pogorszenie kondycji, męczliwość ● uczucie ogólnego osłabienia, poczucie nieokreślonej choroby ● senność, spowolnienie, poczucie niewydolności ● niepokój ruchowy (tzw. agitacja) ● brak lub zmniejszenie reaktywności na bodźce wcześniej powodujące przyjemność (niezdolność do odczuwania przyjemności, tzw. anhedonia) ● obniżenie podstawowego nastroju, miękkość, płacliwość, rzewliwość ● brak lub ograniczenie wcześniejszych zainteresowań 	<ul style="list-style-type: none"> ○ utrata zainteresowań i obniżenie zdolności do odczuwania przyjemności ○ wyraźne zahamowanie psychoruchowe lub podniecenie ruchowe (tzw. agitacja)
<p>Inne zmiany dotyczące regulacji podstawowej emocjonalności</p> <ul style="list-style-type: none"> ● podwyższenie ogólnego poziomu lęku, gotowość lękowa ● drażliwość ● trudności z kontrolą swoich reakcji emocjonalnych ● labilność (zmiennosc) nastrojów 	
<p>Zmiany ogólnej sprawności organizmu i nasilenia objawów depresji związane z rytmem dobowym</p> <ul style="list-style-type: none"> ● nasilenie niektórych lub wszystkich objawów depresji w godzinach rannych i przedpołudniowych a stopniowe ich łagodzenie w późniejszej części dnia 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Większe nasilenie depresji w godzinach porannych
<p>Zaburzenia snu</p> <ul style="list-style-type: none"> ● bezsenność, zmniejszenie ilości snu i jego wyraźne zakłócenia (sen przerywany wybudzeniami, spłycenie snu, wczesne ostateczne wybudzenie się, lepsza jakość snu w początkowej części nocy a gorsza później, marzenia senna o treści niespokojnej, męczącej lub koszmarniej, całkowity brak marzeń sennych) ● nadmierna senność, wydłużenie całkowitej ilości snu w nocy, w dzień senność a nawet chęć drzemki (sen nocny pozornie dobrej jakości, ciągły, bez niespokojnych lub koszmarnych snów, ale nadmiernie długi i mimo jego znacznej ilości nie dający poczucia wyspania, zregenerowania sił) ● szczególne objawy towarzyszące porannemu wybudzeniu: uczucie niewyspania, braku energii, zmęczenia (wybudzeniu mogą towarzyszyć także napięcie psychiczne, niepokój, lęk i różne cielesne dolegliwości) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ wczesne budzenie się (kilka godzin wcześniej niż zwykle)
<p>Dolegliwości bólowe</p> <ul style="list-style-type: none"> ● bóle lub podobne dolegliwości, najczęściej głowy, karku, szyi, innych partii mięśni, brzucha, stawów 	
<p>Objawy ze strony układu pokarmowego:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● utrata apetytu lub jego wzmocnienie, wybitnie zmienny apetyt ● chudnięcie lub wzrost masy ciała ● zgaga ● nudności ● wymioty ● bóle brzucha ● wzdęcia ● zaparcia ● biegunki 	<ul style="list-style-type: none"> ○ brak lub wyraźne obniżenie apetytu, ubytek masy ciała

Źródło: dr Stanisław Porczyk, specjalista psychiatra, <http://online.synapsis.pl>