

Возрастные особенности депрессии у детей

Детская депрессия – один из видов психоэмоциональных нарушений, которые выражаются у ребенка в определенных поведенческих и соматических симптомах. Депрессия у детей проявляется по-разному, через разные симптомы, в зависимости от возраста ребенка и причин заболевания.

Ранний возраст: от 0 до 3 лет.

Симптомы депрессии у ребенка раннего возраста могут проявляться следующим образом:

снижение аппетита, частые рвоты
и срыгивания;

задержка в прибавке веса;

моторная заторможенность,
замедленность движений;

симптомы задержки общего и
психоэмоционального развития;

плаксивость, капризность.

При наличии таких симптомов,
обследовать малыша и назначать лечение должен педиатр и детский
невропатолог.



Дошкольный возраст: от 3 до 6-7 лет.

В дошкольном возрасте, депрессия у ребенка проявляется через такие
симптомы:

нарушение двигательной активности, сниженный тонус, недостаток
энергии, потеря интереса к любимым играм и занятиям;

стремление к уединению, избегание контактов;

печаль, ребенок пока осознает это как «скучно и хочется плакать»;

страхи темноты, одиночества, смерти;

скудная мимика, тихий голос, «старческая походка»;

разнообразные соматические недомогания (боли в животе, расстройство желудка, ломота в теле, головные боли).

Если симптомы депрессии проявились у ребенка в возрасте от 3 до 6-7 лет, необходимы консультации и совместная помощь целого ряда специалистов: педиатра, детского невролога, профильных специалистов, детского врача-психиатра.

Младший школьный возраст: от 6-7 до 12 лет. Ближе к 10 годам депрессия у детей диагностируется все чаще, а ее психологические симптомы начинают осознаваться ребенком: он чувствует и говорит о том, что ему тоскливо, грустно, ничего не хочется. Симптомы депрессии в этом возрасте могут быть такими:

физические недомогания: общая слабость, головные боли и головокружения, боли различной локализации (желудок, сердце, мышечные боли), ломота в теле.

психологические и поведенческие симптомы: грусть, тоска, апатия, отсутствие интереса к игре и учебе, уход от контактов с ровесниками, плаксивость, ранимость. Ближе к 12 годам депрессия детская и подростковая начинает также проявлять себя реакциями гнева, вспыльчивости, раздражительности. Это связано с гормональными процессами организма.

когнитивные (познавательные) нарушения: рассеянное внимание, неспособность сосредоточиться, проблемы в усвоении учебного материала.

Подростковый возраст: от 12 лет до 18 лет. Симптомы заболевания могут быть те же, что и в предыдущих возрастных группах. Но к ним добавляются существенные перепады настроения, гнев, раздражительность.

Именно в этой возрастной группе чаще всего возникают мысли о смерти и попытки суицида. При этом важно понимать, что такие проявления являются крайней степенью тяжелой формы депрессии, которая сформировалась за

несколько месяцев или даже лет. Поэтому будьте внимательны к своему ребенку, ведь при своевременном обращении за помощью, многих проблем можно избежать.

Перечень специалистов, к которым нужно обращаться за обследованием и помощью, аналогичен предыдущей возрастной группе, только вместо педиатра уже выступает подростковый врач. Также, может дополнительно потребоваться консультация эндокринолога, в зависимости от симптомов.

При депрессии у детей и подростков категорически нельзя:

- давать нелепые советы: «Встряхнись! Возьми себя в руки! Не раскисай!»;
- унижать собственное достоинство ребенка и подростка, особенно в присутствии сверстников;
- использовать авторитарный стиль воспитания;
- игнорировать наличие суицидальных высказываний у детей и подростков;
- пренебрегать помощью профессионалов.

Лечение депрессии у детей

Лечение депрессии у детей должно быть комплексным, и учитывать возраст ребенка, продолжительность и степень тяжести болезни, ее симптомы. Методы лечения могут быть такими:

Медикаментозное лечение **(только по назначению врача)**

Вспомогательные процедуры – рефлексотерапия, физиотерапия, и т.д.

Лечение сопутствующих соматических расстройств у профильных специалистов.

Психотерапия – основной метод лечения любых невротических нарушений. Для ребенка она приобретает актуальность с 3 лет и старше, и максимально важна в подростковый период. Важно максимальное сотрудничество семьи со специалистом, самый лучший вариант – семейная психотерапия.

Создание благоприятных физических и психических условий для жизни ребенка (от режима дня и питания до отношений внутри семьи).

