SAFE
STROKE ALLIANCE FOR EUROPE



- Strona główna
- O nas
- Czynniki ryzyka
    - Wysokie ciśnienie krwi
    - Cukrzyca
    - Migotanie przedsionków
    - Wysoki poziom cholesterolu
    - Brak aktywności fizycznej
    - Złe nawyki żywieniowe
    - Alkohol
    - Otyłość
    - Palenie
    - Stres i depresja
- Zasoby
    - Filmy
    - Blog
    - Podcasty
    - Przydatne linki
    - Dodatkowa lektura
    - Komunikaty medialne

# 5 faktów dotyczących udaru i depresji



Udar mózgu jest poważnym wydarzeniem, które zmienia życie i często przytłacza. Większość ludzi doznających udaru mózgu doświadcza pewnego rodzaju zmian emocjonalnych, w tym uczucia szoku, gniewu, lęku i depresji. Uczucie smutku i przygnębienia po udarze jest czymś normalnym, ale jeśli te negatywne emocje utrzymują się przez tygodnie lub nawet miesiące, wówczas mówimy o depresji. (1)

1. **Około 30% osób, które przeżyły udar mózgu, cierpi na depresję**

Depresja występuje powszechnie u osób, które przeżyły udar mózgu, dotykając około 30% z nich, i wiąże się z gorszymi rokowaniami, jeśli chodzi o funkcje neurologiczne. (2) Decydują one o tym, jak dana osoba radzi sobie z codziennymi czynnościami poznawczymi i fizycznymi, np. mówieniem i nawiązywaniem kontaktów społecznych. Uważa się, że dzięki wsparciu bliskich osób wpływ udaru na prawą półkulę mózgu jest mniej widoczny. To ta strona mózgu, która odpowiada za rozwiązywanie problemów, pamięć i rozumowanie. (3)

2. **Depresja występuje o 15% rzadziej w zależności od przyczyny udaru mózgu**

Krwotoku śródczaszkowego nie należy mylić z krwotokiem śródmózgowym, w którym występuje krwawienie wokół mózgu lub w jego obrębie. Depresja występuje o 15% rzadziej u osób, które przeszły krwotok śródczaszkowy, niezależnie od wieku, płci i innych cech demograficznych lub nasilenia ataku. Jednak u osób z tej grupy, które zapadną na depresję, występuje większe ryzyko pogorszenia się stanu ich zdrowia z upływem czasu. (4)

3. **Depresja wiąże się ze słabszą rekonwalescencją w ciągu pierwszych 3-12 miesięcy po udarze**

Depresja poudarowa jest jednym z najczęstszych psychologicznych skutków udaru mózgu i dotyka prawie połowę wszystkich ocalałych (5). Depresja wiąże się ze słabszą rekonwalescencją w ciągu pierwszych 3–12 miesięcy po udarze. Wczesna interwencja, np. możliwość rozmowy z kimś w pierwszych dniach po udarze, ma kluczowe znaczenie, jeśli chodzi o pozytywne rokowania u osób, które przeżyły udar.

4. **U co najmniej jednej trzeciej osób, które przeżyły udar, występują zmiany nastroju**

Bardzo często zdarza się, że osoby po udarze doświadczają szeregu trudnych emocji. W rzeczywistości około jedna trzecia z nich zgłasza uczucie gniewu, lęku lub odczuwanie intensywnych emocji (6). Przyczyną takiego zjawiska może być uszkodzenie tej części mózgu, która zwykle odpowiada za kontrolowanie emocji. Niektóre osoby doświadczają także zmian osobowościowych. Na przykład ktoś o łagodnym usposobieniu może stać się gniewny i agresywny.

5. **U osób, które przeżyły udar i cierpią na depresję, prawdopodobieństwo śmierci jest większe**

Depresja ma również negatywny wpływ na wynik udaru, z większą szansą na śmierć i gorszy powrót do zdrowia, gorszą jakością życia, słabymi wynikami rehabilitacji i słabą zdolnością funkcjonalną (5). Jednak depresja jest klasyfikowana jako modyfikowalny czynnik ryzyka udaru mózgu. Oznacza to, że przy odpowiednim wsparciu i rehabilitacji jest to problem, który można poprawić, zmieniając wyniki pacjentów przed udarem i po udarze.

*Źródła*:


1. *28, 2021. https://www.webmd.com/depression/guide/what-is-depression.*
2. *Amytis Towfighi, Bruce Ovbiagele, Nada El Husseini et al. Poststroke Depression: A scientific Statement for Healthcare Professionals from the American Heart Association/America Stroke Association. .*
3. *Khedr, E.M., Abdelrahman, A.A., Desoky, T. et al. Post-stroke depression: frequency, risk factors, and impact on quality of life among 103 stroke patients—hospital-based study. Egypt J Neurol Psychiatry Neurosurg 56, 66 (2020). https://doi.org/10.1186/s41.*
4. *Stern-Nezer S, Eyngorn I, Mlynash M, Snider RW, Venkatsubramanian C, Wijman C A, & Buckwalter MS (2017). Depression one year after hemorrhagic stroke is associated with late worsening of outcomes. NeuroRehabilitation, 41(1), 179-187.*
5. *Tissa Wijeratne and Carmela Sales. Understanding why depression may be the norm rather than the exception: The anatomical and neuroinflammatory correlates of post-stroke depression. Journal of Clinical Medicine. 2021. .*

6. *Depression and other emotional changes. https://www.stroke.org.uk/sites/default/files/user_profile/depression_and_other_emotional_changes.pdf.*

Zaktualizowano luty 2022

Następna recenzja 2024

## Opracowanie:

**Organizacja SAFE sprawuje pełną kontrolę redakcyjną nad zawartością serwisu.**

## Serwis wspierany przez grant edukacyjny

## Linki

- Warunki korzystania z serwisu
- Polityka prywatności
- Polityka dotycząca plików cookie
- Kontakt

- Facebook
- X

- RSS