



امروزه افسردگی نه به عنوان یک بیماری، بلکه یک واکنش نسبت به حالت های عاطفی سرد یا تحت فشار یا حالت های عاطفی گرم و پد را تعریف می شود. از سوی دیگر اخیراً دانشمندان با توجه به افزایش مراجع به پزشکان برای تعریف افسردگی و همچنین افزایش فروش داروهای ضد افسردگی پس از برگزاری جشن های که تمام مردم در آن به شادی پرداخته اند، نکته گرفته اند که وقتی تنش عصبی از محدوده ای خاص تجاوز کند، بدن مجبور می شود تعادل و تناسب خود را در بخش های دیگر حفظ کند، از این رو بسیاری معتقدند که افسردگی یک واکنش است. این واکنش ها می تواند در بسیاری از جبران های زندگی وجود داشته باشد، به گونه ای که برخی از افراد پس از ازدواج یک نوع احساس خلا کرده یا مادران پس از زایمان احساس افسردگی می کنند، بنابراین عمده دلایل اعلام شده افسردگی، یک واکنش است که نیازمند درمان دارویی و مددجویی است. همچنین صنعتی شدن زندگی، تغییر سریع انسان ها و مواجه شدن انسان ها با اخبار خوب و بد دنیا با توجه به افزایش ارتباطات انسانی، در حالات و احساسات انسان و بروز افسردگی موثر است. نتایج تحقیقات ملی و بین المللی نشان می دهد که زنان دو برابر مردان دچار افسردگی می شوند. روانشناسان بر این باورند که زنان به علت نداشتن شرایط یکسان اجتماعی در جامعه، بیشتر در معرض ابتلا به افسردگی و اضطراب قرار دارند، بنابراین اضطراب نیز در زنان بیش از مردان دیده می شود که 60 درصد این افسردگی و اضطراب ها در زنان و مادران به صورت علائم جسمانی و بیماری بروز می کند. از سوی دیگر پژوهشگران معتقدند "وضعیت تاهل" یکی از ثابت ترین فاکتورهای ابتلا به افسردگی و اختلال افسردگی شدید است و بیشتر زنان مبتلا به آن در طول زندگی در افرادی که به تازگی همسر خود را از دست داده اند دیده می شود، این در حالی است که زنان به ویژه بیش از مردانی که همسر خود را از دست داده اند افسردگی را تجربه می کنند. همچنین زنان مجرد نیز درجات بالاتری از افسردگی را در مقایسه با زنان متأهل دارند، در حالی که مردان مجرد افسردگی بالاتری نسبت به مردان متأهل دارند. همچنین روانشناسان معتقدند که "افسردگی یک قطبی" که یکی از انواع شایع افسردگی است در افراد فاقد رابطه بین فردی نزدیک و مطلقه بیشتر دیده می شود، حتی اگر از طلاق اجداً بی فرد مدت زمان زیادی گذشته باشد، فرد در معرض خطر بیشتری برای افسردگی قرار دارد، این در حالی است که اختلاف افسردگی در افرادی که تنها زندگی می کنند دو برابر افرادی است که با دیگران زندگی می کنند. 17 درصد جمعیت سال 2020 را سالمندان تشکیل خواهند داد، این در حالی است که بسیاری از سالمندان فکر می کنند افسردگی و ژگی طبیعتی دوره سالمندی است و از این که به آنها برچسب افسرده زده می شود، احساس نگرانی می کنند، به گونه ای که خود را به خاطر بیماری شان سرزنش کرده و از اینکه از دیگران کمک بخواهند خجالت می کشند. زمانی که از سالمندان درباره افسردگی سوال می شود، بسیاری از آنها افسردگی را غمگینی خود را انکار می کنند و حتی ممکن است نسبت به درمان مقاومت نشان دهند، چرا که می ترسند به آنها برچسب دوانه زده شود. این در حالی است که عدم تشخیص افسردگی بر زندگی اشخاص سالمند اثرگذار بوده و باعث درد جسمی، ناراحتی بدنی، افزایش کناره گیری اجتماعی، روابط ناخوشایند، محدود شدن نقش های اجتماعی و شغلی، کناره گیری زودهنگام از فعالیتهای لذت بخش و کاهش مراقبت از خود می شود و در نتیجه به بحران ناگهانی خودکشی منجر می شود. بنابراین ضرورت دارد که افسردگی سالمندان توسط درمانگران و دیگر متخصصان بهداشت روانی تشخیص داده شود و اقدامات درمانی صورت گیرد.