



## DEPRESJA

### To TYLKO plaga współczesnego świata!!!

Szary przygnębiający pokój, na pierwszy rzut oka nie wygląda na pokój studenta medycyny. Dopiero po zapaleniu większej ilości światła można zauważyć plakaty z dokładnym podziałem komórek, atrapy różnych narządów oraz wiele innych pomocy naukowych. Gdyby ktoś dłużej posiedział w tym pomieszczeniu sam mógłby popaść w depresję – główny temat mojej rozmowy z Adamem Łowickim studentem III roku medycyny na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym w Warszawie.

„Depresję klasyfikuje się dzisiaj jako zaburzenie nastroju, to trochę tak jakby złośliwy nowotwór nazwać „zaburzeniem wzrostu komórek” – pomocne, o ile ktoś wie wystarczająco dużo o komórkach.” – mówi z niepohamowanym uśmiechem na twarzy Adam.

Depresja – ta tajemnicza choroba jest czwartym najpoważniejszym problemem zdrowotnym na świecie! Do niedawna, ze względu na słabą znajomość społeczną oraz brak wyraźnych przyczyn zachorowalności, „złego stanu” chorego, była często lekceważona. Osoba z depresją albo nie przyznawała się do niej albo była pozostawiona samej sobie, lub zbywana słowami „weź się w garść”. Obecnie coraz więcej ludzi poznaje istotę choroby, zaczynamy poznawać co to jest „depresja”, a kolejne mity np. na temat leków przeciwdepresyjnych są obalane. „Ktoś kto nigdy nie przeżył depresji nigdy nie zrozumie doznać towarzyszących tej chorobie. Stan głębokiej depresji zbliża się do granic tego, co nazywamy cierpieniem nie do opisanie. I chodzi tu o przygnębienie, tyle że głębsze niż zazwyczaj. Jest to odmienny stan świadomości, tylko z pozoru podobny do normalnej emocji” – mówi szukając w książkach psychologicznych większej ilości informacji na temat depresji.

Diagnoza depresji jest wbrew pozorom łatwa, chociaż ze względu na wielopostaciowość choroby, nie ma żadnego jasnego testu, który by stwierdzałby obecność depresji. „Depresja jest bardzo łatwa do rozpoznania. Typowymi objawami depresji jest zmniejszenie zainteresowań i zdolności do przeżywania przyjemności, spadek lub wyraźny wzrost wagi, bezsenność lub nadmierna senność poczucie własnej winy i bezwartościowości, powracające myśli o samobójstwie i śmierci.” – wylicza Adam objawy depresji. Po chwili wyciąga wykres i po nie długim namyśle mówi i wskazuje na niego: „Depresja dzieli się na różne rodzaje, w zależności od tego w jakim jest stadium i jakie okoliczności sprzyjały jej powstaniu... depresja endogenna, kliniczna, dystymia czyli nerwicowa, reaktywna, poporodowa, sezonowa oraz dwubiegunowa.”

W leczeniu depresji stosuje się różne, często wymyślane metody, jednak wciąż podstawową i wydaje się najskuteczniejszą formą są leki przeciwdepresyjne (czyli: tymoleptyki).

„Najprostszą, ale nie zawsze skuteczną metodą leczenia depresji jest przyjmowanie leków antydepresyjnych. Tą metodę najlepiej połączyć z inną dobrą metodą czyli psychoterapią. Bardziej drastyczne środki to leczenie snem. W najgorszych przypadkach praktykowane są elektrowstrząsy, i bardzo rzadko lobotomia. Polega ona na operacyjnym przecięciu istoty białej mózgu między płatem czołowym, a wzgórzem w celu przerwania połączeń z kora przedczołową, a jaśniej – oddzielaniu większości tkanek łączących przednią część kory mózgowej z resztą mózgu.” – opowiada wyczerpująco. Rozgląda się po pokoju i szuka sztucznego mózgu, aby pokazać mi na czym polega lobotomia. Gdy kończy odwracają się role i to on zadaje mi pytanie – „Wiesz może coś o obrazach, które budują się w podświadomości człowieka z depresją?”. Moją odpowiedzią na to pytanie jest milczenie. Adam sięga po myszkę od komputera i włącza stronę poświęconą ludziom chorym na depresje. Tam umieszczona jest wypowiedź jednego z pacjentów Szczecińskiego Szpitala Psychiatrycznego na ul. Kołłątaja, o których był nagrywany program publicystyczny. „Miałam poczucie, że roztopia mi się mózg, a głowę wypełnia białe, przenikliwe światło. Wokół głowy zaciskała się obręcz powodując niesamowity ból. Z wielkim trudem próbowałam utrzymać głowę w świadomości, która za wszelką cenę chciała ulecieć. Zmęczona nad ludzkim wysiłkiem, wpadłam w niebyt, by po chwili znowu wsłuchiwać się w siebie. Prowadziłam nieustanny dialog wewnętrzny, swoje ciało odczuwałam kolorami.” – opowiada 32- letnia Anna. Po chwili pojawia się długo ładowany załącznik „Anna popełniła samobójstwo (...)”

Następuje chwila ciszy. Spoglądamy na siebie z Adamem. Po chwili mówi: „Samobójstwo to już kres choroby. Inni ludzi popadają w alkoholizm. Alkohol pozwala im uzyskać iluzję, że życie jest lepsze niż jak im się to wydaje na codziennie beznadziejne. Samookaleczenie czy nawet wyżywanie się na innych to także problemy, które rozwijają się wraz z depresją, a nawet pogłębiają ją”

**Rozmawiała:**

Natalia Górecka

## NIESAMOWITY PIĄTEK NA „GÓRCIE”

Nie tak dawno (11.01) w ZSP nr1 w Barlinku uczniowie mogli wrócić myślami lekko wstecz. Dla tych, którzy po świątecznym odpoczynku i szalonej sylwestrowej nocy nie potrafili wbić się w rytm szkolnego życia została przygotowana mała „Szopka noworoczna”.

Po życzeniach przewodniczącego Samorządu Uczniowskiego na nowy rok 2008 daliśmy się ponieść muzyce. Specjalnie dla nas wystąpił zespół „Presto” pod kierownictwem pana Zbigniewa Bociana. Anielskie, czyste głosy nie jednego przyprawiły o gęsią skórkę. Kolędy w ich wykonaniu z pewnością przypadły nam do gustu. Dziewczyny prócz trzech standardowych kolęd, zaprezentowały dwie bardziej nowoczesne jak najbardziej świąteczne.

Retransmisję z Sylwestrowej nocy przeprowadził kabaret „Wtyczka”. Oj działa się, działa... W studiu w Warszawie Agata Młynarska wiodła prym, ona po prostu była w swoim żywiole. Były gwiazdy m.in. Feel, któremu teksty pisze Żan Miszel Żar oraz Kombi, co nie tylko gra, ale i trąbi. Dzięki połączeniom regionalnym otrzymaliśmy Sylwester całej Polski „w pigułce”. Było szaleństwo, zabawa, taniec i śpiew. Każde miasto dostało sławnych prezenterów oraz spikerów. Daleko pod ziemią, a dokładnie w Wieliczce był Jarosław Kret; w Zakopanem- Tomasz Kammel, jednocześnie we Wrocławiu, Poznaniu oraz Gdańsku szalona Kasia Dowbor. Pracowity wieczór ewidentnie zaliczyła wielka osobowość polskiej muzyki- Beata Kozidrak i Bajm. I tak w niesamowicie szybkim tempie weszliśmy w Nowy Rok.

„Wtyczka” nie powiedziała ostatniego słowa i na koniec zaprezentowała coś dla maturzystów. Zespół gospel „Biała mewa” zaproponował nowy styl Poloneza. Jeśli ktoś lubi rytmy w stylu techno na pewno skusi się na odstępianie nieco od tradycyjnego tańca- polecamy J. Na finał jednak zrobili porządek i ze stoickim spokojem zeszli na aplauzach.

Ostatnie słowo należało do dyrekcji. Wicedyrektorzy-zarówno pani Małgorzata Osińska, jak i pan Grzegorz Zieliński wygłosili mowę z noworocznym przesłaniem i mamy nadzieję, że każdy uczeń weźmie sobie je do serca.

Tego samego dnia o godz. 19 rozpoczęły się POŁOWINKI klas drugich i trzeciej technikum. W tym roku wszystkie klasy bawiły się razem. Po uroczystym rozpoczęciu przez uczniów i panią wicedyrektor, zapomnieliśmy o problemach, rozterkach i bawiliśmy się na całego. Wg opinii wychowawców zabawa przebiegała kulturalnie i bez większych incydentów. Kochani opiekunowie razem z nami rozgrzali parkiet do czerwoności. Niestety musimy wrócić do naszej szkolnej rzeczywistości i na razie zapomnieć o zabawach a pomyśleć o nauce. Teraz pora na maturzystów.

Doba ma tylko 24 godziny, a u nas w szkole tyle się dzieje. Oby więcej takich emocjonujących dni.

Magdalena Leoszko  
KI. II LOB