



افسردگی در زنان

مایر اشتاینر، کیمبرلی یونگرز

پروین بهادران

«عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان»

جواد کاووسیان

«عضو هیأت علمی دانشگاه تربیت معلم تهران»

حمیدرضا عریضی

«عضو هیأت علمی دانشگاه اصفهان»

انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان

۱۳۸۳

Steiner, Meir

اشتاینر، مییر

افسردگی در زنان / تألیف مایر اشتاینر، کیمبرلی یونگرز، ترجمه پروین بهادران، جواد کاووسیان، حمیدرضا عریضی. - اصفهان: جهاد دانشگاهی، واحد اصفهان،

۱۳۸۳.

ISBN: 964-6098-84-3

۱۰۴ ص.

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

عنوان اصلی:

Depression in women, C 1998.

۱. زنان - بهداشت روانی. ۲. افسردگی. الف. یانکرز. کیمبرلی. Yonkers. ب. بهادران، پروین، مترجم. ج. کاووسیان، جواد، مترجم. د. عریضی، حمیدرضا، مترجم. هـ. جهاد دانشگاهی. واحد اصفهان. و. عنوان.

۶۱۶/۸۹

RC۴۵۱/۴/۵ الف ۹ ز

۸۲-۲۸۲۴۴ م

کتابنامه ملی ایران



افسردگی در زنان

تألیف: مایر اشتاینر، کیمبرلی یونگرز

ترجمه: پروین بهادران، جواد کاووسیان، حمیدرضا عریضی

ناشر: انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان ۶۶۸۰۰۶۲

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۸۳

تأیید و صفحه‌آرایی: خدمات فرهنگی جهاد

چاپ: بهار صحافی: آذین

طرح جلد: محمدعلی نریمانی

لیتوگرافی: زمان

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۱۰۰۰ تومان

ISBN: 964-6098-84-3

شابک: ۹۶۴-۶۰۹۸-۸۴-۳

مرکز پخش: تهران، کتابیران: ۶۴۱۸۵۷۹ دانشیان: ۶۴۱۶۱۷۶

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۸	سندرمهای پیش از قاعدگی و اختلال دیسفوریک پیش از قاعدگی
۹	سبب شناسی
۱۱	عوامل خطرزا
۱۲	بروز و تشخیص
۱۷	PMS
۱۷	PMDD
۱۷	تشدید / وخیم شدن دوره پیش از قاعدگی
۱۸	قاعدگی دردناک
۱۸	تشخیصهای روانی دیگر
۱۹	درمان
۳۲	ارزیابی تأثیر روشهای درمانی
۳۳	خلاصه
۳۵	اختلالات خلقی مربوط به بارداری و زایمان
۳۷	علت شناسی
۴۰	عوامل خطر ساز
۴۱	علائم و تشخیص
۴۶	درمان
۵۸	خلاصه
۶۰	اختلالات خلقی مرتبط با یائسگی
۶۲	سبب شناسی

۶۴

عوامل‌های خطر ساز

۶۵

بروز تشخیص

۶۷

درمان

۷۱

خلاصه

۷۳

پیوست الف

۷۷

ضمیمه ب ۱

۷۸

ضمیمه ب ۲

۸۶

ضمیمه ج

۸۸

منابع

www.ketab.ir

خانه‌ام ابری است

تمام جهان ابری است با آن

نیما یوشیج

فردی که افسرده است تمام جهان را تیره و تار می‌بیند. فرد افسرده طبق تفسیر نیما یوشیج ابژه و سوژه را تفکیک نمی‌کند، اما اگر فرد افسرده زن باشد ممکن است قاعدگی دردناک، تأثیرات خلقی مرتبط با تولد فرزند و نظایر آن در پدیده آمدن حالت افسردگی نقش داشته باشد. پژوهشهای زیادی در مورد رابطه مراحل زندگی زنان با افسردگی انجام شده است. در این کتاب کوچک تقریباً به مهمترین پژوهشها در این مورد اشاره شده است و با نظم قابل تحسینی در آن گنجایده شده است. ۲۶۸ ارجاع که تقریباً همگی مقاله‌های پژوهشی هستند اهمیت زیادی به این کتاب می‌دهد، مترجمین که از پژوهشگران در حیطه افسردگی زنان بوده‌اند به یافته‌های بسیار جدیدی در این کتاب برخورده‌اند و به همین دلیل تصمیم گرفتند که آن را در اختیار جامعه علمی ایران قرار دهند. با این حال در این کتاب در ابعاد زیستی، اجتماعی و روانی انسان به بعد اول اولویت داده شده است که لزوماً مورد تأیید مترجمین نمی‌باشد. لازم به ذکر است که ترتیب اسامی روی جلد برحسب حروف الفبا بوده و سهم مترجمین را منعکس نمی‌کند. در پایان متن کتاب پیوستهای کتاب ارائه شده است که یک پیوست مربوط به پرسشنامه بسیار مهم CES-D که در غربالگری افسردگی پس از زایمان هم پایه پرسشنامه ادینبورگ است، توسط مترجمین افزوده شده که در متن اصلی نیست. با وجود دقت بسیار زیاد مترجمین ممکن است اشکالاتی به هر صورت در متن پدید آمده باشد که «قبا گر» حریر است و گر پرنیان، به ناچار حشوش بود در میان» از خوانندگان ارجمند تمنا داریم اولاً با دیده خطا پوش خود بر این متن بنگرند و ثانیاً برای رفع نواقص در چاپ بعدی آن را با یکی از مترجمین در میان گذارند. امیدواریم لذت بی‌نهایتی که در ترجمه این اثر احساس کردیم به خوانندگان آن انتقال یابد.

پروین بهادران «عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان»

جوادی کاووسیان «عضو هیأت علمی دانشگاه تربیت معلم تهران»

حمیدرضا عریضی «عضو هیأت علمی دانشگاه اصفهان»

مقدمه

در گوشه و کنار جهان همچنان، بررسی‌های اپیدمیولوژیک برای اثبات اینکه اساساً میزان اختلالات خلقی^۱ در طول زندگی در بزرگسالان زن بیشتر است یا مرد، ادامه دارد. میزان زنانی که تحت تأثیر آن قرار می‌گیرند به مردان دو به یک است و این نسبت تقریباً در میان گروه‌های مختلف نژادی ثابت است. این میزان شیوع بالای اختلالات خلقی در زنان در طی سالهای باروری (از شروع قاعدگی تا یائسگی)^۲ چشمگیر تر است. اگر چه، تفاوت‌های جنسیتی در رابطه با اختلالات خلقی توجه برانگیز بوده است اما هنوز بطور کامل شناسایی نشده‌اند. امروزه آگاهی از درمان و پیشگیری از اختلالات خلقی خاص مربوط به زنان به راحتی قابل حصول می‌باشد.

در این کتاب آخرین اطلاعات درخصوص اختلالات خلقی مربوط به زنان - شامل سندرم‌های پیش از قاعدگی، اختلالات خلقی مربوط به دوره بارداری زایمان و افسردگی حوالی یائسگی - با تأکید بر درمان و پیشگیری این اختلالات که منحصر به زنان در طول سالهای باروریشان است، تأکید شده است.

1 . mood disorder

2 . menarche

3 . dysphoric

سندرم های پیش از قاعدگی و اختلال دیسفوریک^۲ (بی قراری) پیش از قاعدگی

بررسی های اپیدمیولوژیک نشان داده اند که بیش از ۷۵٪ از زنان که در دوره باروری به سر می برند نشانه هایی در مورد دوره قبل از قاعدگی در سیکل های قاعدگی شان تجربه می کنند (۱) تا کنون بالغ بر یکصد نوع از نشانه های فیزیکی و روانشناختی گزارش شده است. با این حال اکثر زنان قادرند این نشانه ها را از طریق روشهایی چون، تغییر سبک زندگی^۱ و درمان های حفاظتی^۲ کنترل کنند. این پدیده اغلب به عنوان نشانگان پیش از قاعدگی (PMS) طبقه بندی شده و معمولاً اشاره به مجموعه ای از نشانه ها که در طول هفته پیش از قاعدگی نمایان می شوند اطلاق می شود و ظرف یک هفته ابتدای خونریزی ماهانه^۳ برطرف می گردند (۳). همچنین ۳ تا ۸ درصد زنان که در دوره باروری به سر می برند نشانه های پیش از قاعدگی شامل، تحریک پذیری^۴، تنش^۵، بی قراری و ناستواری هیجانی و خلقی^۶ ظاهر می شود که بطور جدی در سبک زندگی و ارتباطات اجتماعی آنان اختلال ایجاد می کند (۱ و ۴-۸). نشانه های پیش از قاعدگی در این گروه کوچک از زنان آنقدر مختل کننده است که یک سری از پژوهشها برای آنچه امروزه اختلال بی قراری پیش از قاعدگی (PMDD) نامیده می شود ملاک تشخیصی مشخص کرده اند و در چاپ سوم (DSM-III-R) و چاپ چهارم (DSM-IV) «راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی»^۷ آمده است (۹ و ۱۰). تقریباً دو سوم از زنانی که ملاک تشخیص (PMDD) را دارند معمولاً به درمان های محافظه کارانه و مداخلات قراردادی واکنش مثبتی نشان نمی دهند و اغلب به دنبال کمک گرفتن از متخصص بهداشت می باشند.

1 . Life style

*. conservative therapy: نوعی روش درمانی به منظور حفظ سلامت، اصلاح عملکرد و ترمیم ارگانهای آسیب دیده بدون دخالت روشهای تهاجمی (یادداشت مترجم)

3 . menses

4 . irritability

5 . tension

6 . premenstrual dysphoric disorder

7 . Diagnostic and statistical manual of mental disorder