

آنچه که دختران نوجوان باید

بخوانند
افسردگی بداند

نویسنده:

مریم طیب علی

آنچه که دختران نوجوان باید در مورد افسردگی بدانند

مرشدنامه	طیب علی، مریم، ۱۳۷۶: ۲
عنوان و نام پدیدآور	آنچه که دختران نوجوان باید در مورد افسردگی بدانند / نویسنده مریم طیب علی.
مشخصات نشر	تبریز: انتشارات شیردل، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	۱۲۰ ص.
شابک	۱۲۰۰۰۰ ریال : ۲-۳-۹۹۲۲۳-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	افسردگی
موضوع	Depression, Mental
موضوع	دختران نوجوان
موضوع	Teenage girls
ه.بند-سنگره	RC ۵۳۷ / ط ۲ ۱۸۱۳۹۷
ردیف-ی دیویی	۶۱۶/۸۵۲۷
شماره کتابخانه ملی	۵۱۶۱۴۲۳

نام کتاب: آنچه که دختران نوجوان باید در مورد افسردگی بدانند

تالیف و گردآورنده: مریم طیب علی

ناشر: شیردل

چاپ و صحافی: پیشگام

طراح روی جلد: مریم نریمانی

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷

قیمت: ۱۲۰/۰۰۰ ریال

قطع: رقعی

شابک: ۲-۳-۹۹۲۲۳-۶۲۲-۹۷۸

آدرس: تبریز، چهارراه باغشمال، خیابان باغشمال، ساختمان هلیا، طبقه چهارم، ۱۰، A

تلفکس: ۰۴۱۳۵۵۶۸۸۴۱ - همراه: ۰۹۱۴۳۱۴۷۴۹۹



فهرست مطالب

عنوان.....	صفحه
مقدمه	۵
فصل اول	
تعریف افسردگی	۸
افسرده خروبی	۱۲
تعریف عمومی افسردگی	۱۴
همه گیر شناسی	۱۶
فصل دوم	
علت های افسردگی	۱۸
فیزیولوژیکی	۱۸
محیطی	۲۱
نظریه های مهم در مورد سبب شناسی اختلال افسردگی	۲۳
فصل سوم	
انواع افسردگی	۳۲
اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر	۳۴
اختلالات دوقطبی	۳۷
اختلال لجبازی و نافرمانی	۴۱
اختلال انفجاری متناوب	۴۳
اختلال افسردگی اساسی	۴۴
اختلال خلقی ناشی از بیماری جسمانی دیگر	۵۹

- ۶۰ اختلال سازگاری همراه با خلق افسرده
- ۶۱ اختلال افسردگی مداوم (افسرده خویی)
- ۶۵ اختلال افسردگی یا دوقطبی ناشی از مواد / دارو
- ۶۷ اختلال ملال پیش از قاعدگی
- ۶۹ افسردگی دوقطبی و اختلال مرتبط ناشی از بیماری جسمانی دیگر
- ۸۰ تشخیص‌هایی برای اختلالات افسردگی
- ۸۳ اختلال افسردگی ناشی از بیماری جسمانی دیگر

فصل چهارم

- ۱۰۲ دارو درمانی در افسردگی
- ۱۰۷ آیا ضد افسردگی ها ایجاد کننده؟
- ۱۱۷ روش های جایگزین دارو برای افسردگی

مقدمه

اگرچه افسردگی از دیرباز به عنوان یکی از نابسامانی های روانی عمده شناخته شده است، اما در دو دهه ی اخیر اهمیت این بیماری هم از حیث رنج و آزاری که مبتلایان به آن تحمل می کنند و هم از لحاظ بار سنگینی که این ناراحتی بر منابع درمانی ملتها تحمیل می کند بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. آمارهای به دست آمده در ممالک اروپای غربی و شمالی و آمریکای شمالی وسعت دامنه ی این ناراحتی را به خوبی نشان می دهد. ابعاد وسیع این آمارها و نیز تجارب کلینیکی، حداقل در ممالک صنعتی مغرب زمین، باعث شده به متخضان فن از دو دهه ی اخیر به عنوان دوره ی جدید ملانکولی یا افسردگی در تاریخ و پزشکی معاصر نام ببرند. به نظر این محققان در دو دهه ی اخیر افسردگی جای تشویش و اضطراب را که در دو دهه ی بعد از جنگ بین المللی دوم به عنوان مهمترین عارضه ی روانی تلقی می شد گرفته و اینک رایج ترین ناراحتی روانی افراد بالغ را تشکیل می دهد که باعث مراجعه به روان پزشکان، روان شناسان و دیگر متخصصان بهداشت روانی می گردد. از این لحاظ افسردگی با سرماخوردگی در میان ناراحتی های جسمی قابل مقایسه است. افسردگی درجات بسیار مختلفی دارد و از عوامل متعددی ممکن است ناشی گردد این عوامل شامل: هیئت وراثت، اختلالات در فعالیت های شیمیایی و هورمونی بدن، انتقال دهنده های مغز، تجارب حاد (به خصوص داشتن پدر و مادر افسرده یا الکلیک و ...) می باشند برای درمان افسردگی نیز متخصصان روانی از روشهای متنوعی استفاده می کنند که از روانکاوی عمیق و دراز مدت تا دارو درمانی و استفاده از شوک الکتریکی را در بر می گیرد. در این کتاب سعی شده است که مطالب جدید افسردگی که شامل تعریف، همه گیرشناسی، علل و انواع درمان های آن را به زبانی بسیار ساده که برای دختران نوجوان قابل فهم باشد به رشته نگارش در آورم و قطعا خالی از ایراد و اشکال نخواهد بود. امید است دختران نوجوان سرزمینم با خواندن این کتاب در رابطه با افسردگی به اطلاعات جامعی دست پیدا کنند.