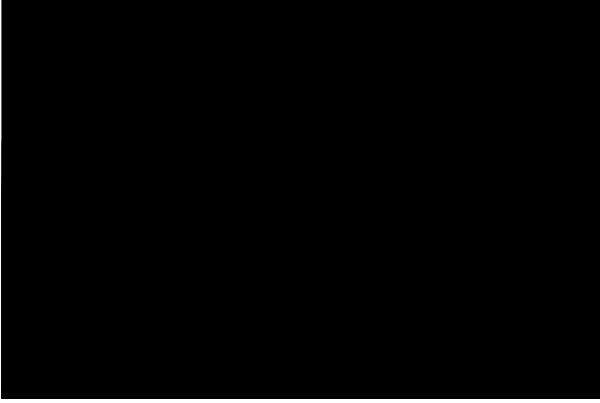


Bu belirtilere dikkat! Çocuğunuz depresyonda olabilir



thi – Günümüzün en yaygın hastalıklarından biri olan depresyon sadece yetişkinlere özgü değil. Çocukluk döneminde de görülen depresyonun belirtileri arasında uyku sorunları, ders başarısında düşüş, iştahta artma ya da

azalma, içe kapanma ve mutsuzluk yer alıyor. Uzmanlar erken teşhis ve zamanında müdahalenin önemine dikkat çekiyor.

Üsküdar Üniversitesi NİSTANBUL Beyin Hastanesi'nden Uzman Klinik Psikolog Nazende Ceren Öksüz, depresyonun çocukluk döneminde de görülebileceğini belirterek erken teşhisin önemine dikkat çekti.

Uyku düzeni değişiyor

Çocukluk depresyonunun belirtilerinin başında uyku sorunlarının geldiğini ifade eden Öksüz, “Eğer çocuğunuz normalden daha fazla uyuyor ya da normalden daha az uyuyor ise geceleri uykuya dalmakta zorlanıyorsa, kâbuslar görüyorsa burada çocuğun psikolojisinde birtakım sorunlar olabileceğini düşünmeliyiz” dedi.

Az ya da çok yemek de işaret olabilir

Çocuğun iştahı ve yemek düzeninde ortaya çıkan birtakım sorun ve değişikliklerin de depresyon belirtisi olabileceğini belirten Öksüz, “Çocuğun öğün atlaması, uygun beslenmemesi ve diğer psikolojik sorunlarla birlikte iştahında son dönemlerde bir azalma ya da artış görülmesi de yine bir depresyon

işaretçisi olabilir” diye konuştu.

Akademik başarı düşüyor

Depresyonun çocuğun akademik başarısını da etkilediğini belirten Nazende Ceren Öksüz, özellikle ders notlarındaki düşmeler, önemli değişiklikler ve öncesinden daha düşük bir akademik performansın da çocukluk depresyonu belirtileri arasında yer aldığını söyledi.

Mutsuz ve içe kapandıysa dikkat!

Çocuğun sosyal yaşamdaki ilişkilerinin de iyi gözlemlenmesi gerektiğini ifade eden Öksüz, içe kapanma, öfke kontrolünde güçlük, kurallara tepki göstermek gibi belirtilere dikkat çekti. Nazende Ceren Öksüz, şunları söyledi:

“Çocuğunuzun herhangi bir stres karşısında çok daha dayanıksız, güçsüz olduğunu gözlemliyorsanız, çocuğunuz mutsuzsa, kendisini iletişime kapatıyorsa, hep tek başına zaman geçirmek istiyorsa, arkadaşlarıyla bir araya geldiğinde iletişim sorunları yaşıyorsa ya da öfkesini kontrol etmekte zorlanıyorsa, sizin koyduğunuz birtakım kurallara çok tepki gösteriyorsa tüm bunlar da yine çocukluk çağı depresyonunun işaretleri olabilir.”

Tedavide geç kalınmamalı

Çocukluk çağı depresyonunu tedavi edilmemesi halinde çok riskli durumların söz konusu olabileceğini belirten Uzman Klinik Psikolog Nazende Ceren Öksüz, “Depresyonun belirtilerinden bir tanesi intihar fikri ve planı olduğu için tedavi edilmeyen bir depresyonda çocuğun kendine zarar verme riski de oldukça yüksektir” diyerek çocukluk çağı depresyonundan şüphelenilmesi durumunda mutlaka bir uzmana başvurulmasını tavsiye etti.

Medikal tedavi ve terapi uygulanıyor

Çocukluk çağı depresyonu ile ilgili NPISTANBUL Beyin

Hastanesi'nde çeşitli tedavilerin uygulandığını ifade eden Öksüz, "Bunlardan bir kısmı medikal tedaviler. Bunun yanında psikoterapi sürecinde de farklı ekollerden faydalanabiliyoruz. Bunlardan bir kısmı oyun terapileri, bir kısmı pozitif ebeveynlik uygulamaları, bilişsel davranışçı terapi tekniği ile birlikte çocuğun yaşına uygun bir şekilde uygulanan birtakım psikoterapi teknikleriyle çocukluk çağı depresyonu üzerine çalışıyoruz" diye konuştu.