



مسئولیت متن و شکل بدوش نویسنده مضمون میباشد، عقیده نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاين نمی باشد



۲۰۲۰/۰۸/۲۳



ډاکتر بادام شفق

ژورخفگان یا ډپریشن

(اومه برخه)

مزاجي څپڅپاندي :CYCLOTHYMIA

په مزاج کې څپڅپانده وققوي (Periodic) تغیر، چې کله ناروغ له نورمال حالت څخه ډېر خپه او کله له نورمال حالت څخه ډېر خوشحاله وي، د Cyclothymia په نامه یادېږي. په Cyclothymia کې د مزاج تغیرات (خپگان او خوشحالي) او ورسره مل نور اعراض د دوه قطبي مزاجي امراضو Bipolar affective diseases په اندازه شدید نه وي. که خپله ناروغ او یا له مریض سره په تماس کې خلک دا احساسوي، چې د ناروغ په روحي او مزاجي حالت کې په هغه اندازه تغیرات موجود دي چې باید درملنه یې وشي نو درملنه یې دوه قطبي ناروغی (Bipolar affective disease) په شان دوايي او Psychotherapy ده.

- یوه ډپریشنې حمله Single-Episode of depression
هغه ډپریشن چې فقط یوه حمله یې په ټول عمر کې لیدل کیږي .

- عود کونکي (بابیری کونکي) ډپریشن Recurrent Depressive Disorders

د ډپریشن اقله دوه حملې چې په منځ کې یې اقله د دوه میاشتو لپاره ناروغ نه د ډپریشن اعراض ولري، نه د Mania اونه یې مختلط شکل موجود وي .

د تطابق تشوش او دکوم خواره اوگران خپلوان یادوست له لاسه ورکولو له کبله غم او خفگان

:Adjustment Disorder and Bereavement

د ډپریمم څه دبایلو او ډپریشن ترمنځ ارتباط ډېر عام دي. خو هره ډپریشنې حمله چې د فشار راوړونکو حادثاتو Stressor په تعقیب منځ ته راځي شدید ډپریشن ته انکشاف نه کوي. کله چې دوظیفې خرابوالی یا اضطراب د خفگان سره یو ځای منځ ته راشي، "د تطابق تشوش د خفگان سره" ډېر مناسب تشخیص دی. همدارنگه د ډپریشن خواره خپلوان یا نږدې دوست له لاسه ورکولو سره دانسان په نورمال عکس العمل (bereavement) باندې باید د ډپریشن تشخیص کینېږي شي. دا مرحله کېدای شي حتی تر دوه میاشتو پورې اوږده وي خودتشخیص په وضع کولو کې ډاکتر باید ښه دقت وکړي. دا "نورماله" خبره ده چې داکسان دخپل له لاسه ورکول شوي گران شخص موجودیت دهغه دلاسه ورکولو وروسته احساس کړي. داکېدای شي د Hallucinations یا خوب لیدلو په شکل وي. همدارنگه شاید دخوب تشوشات، ډېرې چغې وهل، روحي حرکي تشوشات اود مرگ فکرونه منځ ته راشي. مهم کلینیکي ډپریشن کېدای شي په ۱۵٪ واقعاتو کې منځ ته راشي.

عضوي مزاجي روحي ناروغي

Organic affective psychotic disease

د پاڼو شمېره: له 1 تر 6

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په خیر و لولئ

که چیرې د affective روحي امراضو تشخیصیه خصوصیات پوره وي او د دماغي عضوي آفت يا کومي بلې عضوي ناروغۍ سره نږدې ارتباط ولري د Organic affective psychotic disease (عضوي مزاجي روحي ناروغۍ) په نوم یادېږي .
 که چېرې د depression د الکولو يا نورو وسایکو تیکو موادو استعمال سره په ارتباط کې مینځ ته راشي **Residual psychotic disease** نوم ورکړل کېږي .
 - د Schizophrenia وروسته ډېرېشن **Schizophrenic Depression Post** په نوم یادېږي .

دریم فصل

د ډېرېشن تشخیص

DIAGNOSIS OF DEPRESSION

د ډېرېشن د تشخیص لپاره تر ټولو ضروري خبره داده چې له ناروغ څخه په تفصیل د هغه د تکلیف په باب پوښتنې وشي.

د ډېرېشن تشخیص د WHO د نړیوال تشخیصي سیستم په مرسته، چې د International Diagnose system (ID-IO) په نامه یادېږي، اېښودل کېږي. ددې سیستم په اساس د خفیف، متوسط او شدید ډېرېشن ترمنځ توپیر کېدای شي (لاندې جدول وگورئ).

جدول: د CD-IO سیستم له مخې ډېرېشن تشخیصیه (محک) معیار

الف: ناروغ باید د ډېرېشن عمومي مشخصات ولري يعنی:

۱. د ډېرېشن دوره باید حد اقل د دوه هفتو لپاره موجوده وي.
۲. مخکې په ناروغ کې د Mania، Hypomania او یا یې گډ شکل موجوده وي.
۳. د ناروغۍ عضوي اسباب باید رد شوي وي.

ب: د ډېرېشن اساسي اعراض:

۱. خفگان.
 ۲. د شوق او دلچسپي کموالی.
 ۳. د انرژي کموالی یا ستړیا.
- ج: له ډېرېشن سره مل نور اعراض:
۱. په ځان اعتماد او اعتبار له لاسه ورکول او ځان حقیر اوبی ارزښته گڼل.
 ۲. ځان گرم او گناهگار گڼل.
 ۳. د مرگ او ځان وژني فکرونه.
 ۴. د فکر او دقت کولو ستونزې.
 ۵. Agitation (شور، نارامي، هیجان) یادېر چوپوالی او غلی توب.
 ۶. د خوب خرابوالی.
 ۷. د اشتها او وزن تغیر.

د ډېرېشن شدت درجه دهاملتن ډېرېشن دتلي (اندازه گیری) «D17-HAM» Hamilton Depression (scale)

پواسطه هم درجه بندي کېږي. له دې درجه بندي څخه په ټوله نړۍ کې ديوې باوري وسيلې په توگه کار اخيستل کېږي. دا scale ۱۷ سواله لري. او ورڅخه هغه وخت کار اخيستل کېږي چې په ډېرېشن اقل دوه اونۍ (هفتي) تېرې شوي وي. هرې موضوع ته ددې له مخې نمرې ورکول کېږي چې ناروغ پدې وروستۍ يوه هفته کې څنگه وو ، البته دخوب په هکله يوازې آخريو درې شپو ورځو ته اعتبار ورکول کېږي .

د پاڼو شمېره: له 2 تر 6

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلېکنې د لیکنيزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله لیکنه له رالیرلو مخکې په څیر و لولئ

Hamilton Depression Rating Scale (HDRS)

Navn:

Dato:

No.	Symptom	Score
1	Depressed Mood (sadness, hopeless, worthless)	4-0
2	Feelings of guilt	4-0
3	Suicide	4-0
4	Insomnia: Early in the night	2-0
5	Insomnia: Middle of the night	2-0
6	Insomnia: Early hours of the night	4-0
7	Work and activities	4-0
8	Retardation (slowness of thought and speech, impaired ability to concentrate, decreased motor activity)	4-0
9	Agitation	4-0
10	Anxiety somatic	4-0
11	Anxiety Somatic(physiological concomitants of anxiety) such as: Gastro-intestinal: dry mouth, wind, indigestion, diarrhea, cramps, belching Cardio-vascular: palpitations, headaches Respiratory: hyperventilation, sighing Urinary frequency Sweating	4-0
12	Somatic symptoms Gastro-intestinal	2-0
13	General somatic symptoms	2-0
14	Genital Symptoms (symptoms such as loss of libido, menstrual disturbances)	2-0
15	Hypochondriasis	2-0
16	Loss of weight	2-0
17	Insight	2-0
Total Scores		52-0

:Result

- points: Not depression 7 >
- points: Doubtful depression 12-8
- points: Mild depression 17-13

د پانډو شميره: له 3 تر 6

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټينگه کړئ maqalat@afghan-german.de

يادونه: دلېکنې د لېکنيزې بڼې پازوالي د لېکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله لېکنه له رالېرلو مخکې په څير و لولئ

- points: Moderate depression 24-18
- points : Severe depression 24 <

Hamilton Depression scale پواسطه د ډېرېشن ددرجه بندي رهنما (هری موضوع ته صرف یو صحیح
نمبر انتخابیږي)

1. Depressed mood د فشار لاندې مزاج .

(خفگان ، ناامیدي ، خان بې مرستندويه گڼل ، خان بې ارزښته گڼل)

- = موجود نه وي.
- ۱ = ډېورته احساساتو موجودیت یوازې ډېوښتني په مقابل کې دناروغ لخوا څرگندیږي.
- ۲ = ډېورته احساساتو موجودیت دناروغ لخوا په اتومات ډول پخپله بې له پوښتني څرگندیږي.
- ۳ = په غیردناروغ له شفاهي څرگندولو څخه د ناروغ دقو اري ، اواز ، وضعیت او ژر ژر اوبښکوتویولو څخه په ناروغ کې د ډېرېشن نښې څرگندیږي.
- ۴ = دناروغ له خبرو اوڅېرې دواړو څخه په حقیقت کې په څرگند ډول د ډېرېشن نښې معلومیږي.

2 . دخپلې ملامتیاو گناهگار گڼلو احساس Feeling of guilt

- = موجود نه وي.
- ۱ = خان ملامتول اود دې احساس چې گوندې خلک یې آزارولي دي.
- ۲ = دخپلو تېرو تېروتنو له کبله خان گناهگار او ملامت گڼل او پدې هکله تشویش لرل.
- ۳ = خان ډېر سخت گناهگار او د سزاء وړ گڼل ، او فکرکول چې اوسنی ناروغی یې د مخکنیو گناهگانو جزاده.
- ۴ = تومت لگوونکي او اخطار ورکوونکي غبرونه اورېدل او یا د Halucination له کبله ځینې تهدیدوونکي شیان لیدل

3 . خان وژنه (انتحار ، خودکشي) Suicide :

- = دخان وژني په باب فکر موجود نه وي.
- ۱ = داسې احساس لرل چې ژوند یې په ژوند کولو نه آرزي ، خود ځان وژني کوم عملي پلان نه لرل.
- ۲ = دخان لپاره د مرگ آرزو ، خودخان وژني کوم مشخص پلان نه لرل.
- ۳ = دخانوژني فکرونه او یا په خبرو کې ورته اشاره کول اوددی احتمال چې کېدای شي ناروغ خودکشي وکړي.
- ۴ = په دې نږدې وختونو کې د ځانوژني عملي کوښښ.

4 . دخوب راتللو مشکلات (وختي) EARLY INSOMNIA :

- = دخوب راتللو مشکلات موجود نه وي.
- ۱ = په تېرودرې شپو کې یو یا دوه ځلې دخوب په بستره کې له پریوتو وروسته دنیم ساعت څخه دزیات وخت لپاره دخوب نه راتلل.
- ۲ = په تېرو درې شپو کې په دوامدار ډول دخوب په بستره کې له پریوتو وروسته دخوب نه راتلل.

5 . متقطع خوب INSOMNIA MIDDEL :

- = خوب متقطع نه وي.
- ۱ = په خوب کې ناراحتی او په تېرودرې شپو کې یو یا دوه ځلې له خوبه په متقطع ډول بېدارېدل.
- ۲ = په تېرو درې شپو کې هره شپه اقل یو ځلې له خوبه بېدارېدل.

6 . سهاروختي له خوبه بېدارېدل INSOMNIA LATE :

- = سهاروختي له خوبه بېدارېدل.
- ۱ = سهاروختي (دنورمال حالت څخه دیوساعت څخه کم وخت) دخوبه بېدارېدل اوبېرته اوده کېدل.
- ۲ = په دوامدار ډول یو ساعت مخکې سهاروختي دعادي وخت څخه دخوبه بېدارېدل اوبېرته اوده کېدل ناممکن وي

د پانوی شمیره: له 4 تر 6

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته راوبولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکني د لیکنيزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په څیر و لولئ

7. کار او فعالیت :WORK AND ACTIVITY

- 0 = نورمال کار او فعالیت.
- 1 = دکار او فعالیت په ارتباط دستریا، ناتوانی او ضعیفی احساس او فکر درلودل.
- 2 = دکار، فعالیت او ساعت تیری سره د دلچسپی له لاسه ورکول.
- 3 = دکار د قابلیت واضح کموالی او دکار په تیزوالي کې کموالی.
- 4 = داوسنی ناروغی له کبله یې کار بس کړی وي .

8. سایکوموتوریکه تنبلی RETARDATION (په فکرکولو کې سستی، د فکر د تمرکز خرابی او د خبرو کولو او حرکي فعالیت کموالی)

- 0 = نورمالی خبری او فکر.
- 1 = په خبرو کولو او تقلید کولو کې لږه سستی.
- 2 = په خبرو کولو او تقلید کولو کې واضحه سستی.
- 3 = دناروغ سره مصاحبه مشکله وي، او د پراوردوخت غواړي.
- 4 = دناروغ سره مصاحبه د Stupor (گنگسیت او کرختی) له کبله ناممکنه وي.

9. حرکي نا آرامی Agitation :

- 0 = موجوده نه وي.
- 1 = مشکوکه او بېلږه حرکي نا آرامی.
- 2 = ناروغ نا آرامه ناست وي، او خپل لاسونه مروړي او یاد خپلو وینتوسره لوبی کوي.
- 3 = ناروغ واضحا ناراحته وي، په ځای آرام نه شي کېښناستی او گردچاپیر حرکت کوي.
- 4 = دزیاتې حرکي نا آرامی له کبله ناروغ خپل نوکان او شونډې چیچي او له ناروغ سره مصاحبه یوازې دتنگ په حالت کې سرته رسیري.

10. روجي ډار او اضطراب PSYCHOTIC ANXIETY :

- 0 = موجوده نه وي.
- 1 = ناروغ روجي تشنج او تخرشیت لري.
- 2 = ناروغ کوچنیو موضوعاتو ته تشویش کوي.
- 3 = دناروغ له څېرې او خبرو څخه ډار او تشویش څرگندیري.
- 4 = ناروغ وایې چې ډار لري.

11. جسمي اضطراب SOMATIC ANXIETY (د ډار او اضطراب ځینې جسمي اعراض لکه :

- هضمي: دخولې وچوالی، په گېډه کې باد، بد هضمي، اسهال، دگېډې درد او ارگي)
- قلبي، وعایې: دزره پرش اوسردردی.
- تنفسي: ژرژر تنفس، اوسیلی ویستل.
- بولي تناسلي: ژرژر تشي متیازي کول)
- 0 = موجود نه وي.
- 1 = خفیف
- 2 = متوسطه درجه
- 3 = شدید
- 4 = اعراض دؤمره شدیدوي چې دور ځنیو کارونو قابلیت له ناروغ څخه سلبيوي.

12. معدي معایې اعراض Gastro – Intestinal :

- 0 = موجود نه وي.
- 1 = داشتهاء کموالی، خو بی لډې چې ناروغ دنورو لخوا تشویق شي خواړه خوري. په گېډه کې د دروندوالي احساس.
- 2 = ناروغ ډېر زیات بی اشتهاء وي.
- دنورو د تشویق او اصرار پرته خواړه نه خوري. دگېډې د اعراضو لکه دقبض او گېډې د درد دوا ته ضرورت لري.

د پانوی شمیره: له 5 تر 6

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلپکنی د لیکنیزې بڼې پازوالی د لیکوال په غاړه ده، هیله من یو خپله لیکنه له رالیولو مخکې په څیر و لولئ

13. عمومي جسمي اعراض General somatic symptoms:

- = موجودو نه وي.
- ۱ = داندامونو، سر او ملادرونډوالي، دسر او ملا درد، عضلاتو درد او د انرژۍ نشتوالی اوډېره ستړيا.
- ۲ = دوامداره دوه جسمي اعراضه يادېره زياته شديده ستړيا .

14. جنسي اعراض Genital Symptoms:

- (لکه دجنسي مجامعت يعنې Sex سره د شوق کموالی او دحيض مشکلات):
- = موجود نه وي.
- ۱ = خفيف موجودوي.
- ۲ = شديداً موجودوي.

15. Hypochondria:

- = موجودنه وي.
- ۱ = ناروغ دخپل بدن دصحت په باب مشکوک وي .
- ۲ = ناروغ دخپل جسمي روغتيا په باب ډېر تشو پيش لري.
- ۳ = ناروغ په مکرر ډول دخپلې جسمي ناروغۍ څخه شکايت کوي او د ډاکتر څخه يې د تداوی مرسته غواړي.
- ۴ = ناروغ Hypochondrial Delusion لري.
- يعنې ناروغ په غلطه توگه په ټينگه په دې عقیده وي چې جسمي ناروغي لري.

16. دوزن بايلل:

- = داوسنی ناروغی له کبله د وزن بايلل نه وي موجود.
- ۱ = احتمال لري چې داوسنی ناروغی له کبله ناروغ ۱ تر ۲/۵ کيلو وزن بايللی وي .
- ۲ = ناروغ د او سنی ناروغی په دوران کې له ۳ کيلو څخه زيات وزن بايللی وي.

17. دخپلې ناروغۍ پېژندل:

- = دخپلې ناروغۍ د شناخت په باب مشکل نه لري.
- ۱. په خپله ناروغی پو هيري خو سبب يې خرابه غذا، خراب اقليم، سخت کار او میکروبونه گڼي او فکرکوي چې استراحت ته ضرورت لري.
- ۲. ناروغ په کلکه ردوي چې گوندي ناروغ دي.
- نتيجه:** پورته ۱۷ موضوعاتو ته ورکړل شوی نمرې سره جمع کيږي. که دنمره مجموعه له ۱۳ څخه تر ۱۷ پورې وي په خفيف ډېرېشن، که له ۱۸ څخه تر ۲۸ پورې وي په متوسطه درجه ډېرېشن او که له ۲۸ څخه پورته وي په شديد ډېرېشن دلالت کوي.