



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



۲۰۲۰/۰۳/۰۲

داکتر بادام شفق

ژورخفگان یا دپريشن

شپرمه برخه

مزاجي څپځپاندي CYCLOTHYMIA:

په مزاج کي څپځپانده و فقوي (Periodic) تغير، چي کله ناروغ له نورمال حالت څخه ډېر خپه او کله له نورمال حالت څخه ډېر خوشحاله وي، د Cyclothymia په نامه يادېږي. په Cyclothymia کې د مزاج تغيرات (خپگان او خوشحالي) او ورسره مل نور اعراض د دوه قطبي مزاجي امراضو Bipolar affective diseases په اندازه شديد نه وي. که خپله ناروغ او يا له مريض سره په تماس کې خلک دا احساسوي، چي د ناروغ په روحي او مزاجي حالت کې په هغه اندازه تغيرات موجود دي چي بايد درملنه يي وشي نو درملنه يي د دوه قطبي ناروغی (Bipolar affective disease) په شان دوايي او Psychotherapy ده.

- يوه دپريشنې حمله Single-Episode of depression هغه دپريشن چي فقط يوه حمله يي په ټول عمر کې ليدل کېږي .

- عود کونکي (بابيري کونکي) دپريشن

Recurrent Depressive Disorders

د دپريشن اقله دوه حملې چي په منځ کې يي اقله د دوه مياشتو لپاره ناروغ نه د دپريشن اعراض ولري، نه د Mania اونه يي مختلط شکل موجود وي .

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

Adjustment Disorder and Bereavement:

د دپرمهم څه دبايلو او دپريشن ترمنځ ارتباط دپرام دي. خو هره دپريشنې حمله چي دفشاراورونکو حادثاتو Stressor په تعقيب منځ ته راځي شديد دپريشن ته انکشاف نه کوي. کله چي دوظيفي خرابوالی يا اضطراب دخفگان سره يو ځای منځ ته راشي، "د تطابق تشوش د خفگان سره" دپرمناسب تشخيص دی. همدارنگه ددپريشنې خواره خپلوان يا نژدي دوست له لاسه ورکولو سره دانسان په نورمال عکس العمل (bereavement) باندې بايد د دپريشن تشخيص کينېښودل شي. دا مرحله کېدای شي حتی تر دوه مياشتو پورې اوږده وي خودتشخيص په وضع کولو کې ډاکتر بايد ښه دقت وکړي. دا "نورماله" خبره ده چي داکسان دخپل له لاسه ورکړل شوي گران شخص موجوديت دهغه دلاسه ورکولو وروسته احساس کړي. داکېدای شي دHallucinations يا خوب ليدلوپه شکل وي. همدارنگه شايد دخوب تشوشات، دپري چغې وهل، روحي حرکي تشوشات اود مرگ فکرونه منځ ته راشي. مهم کلينيکي دپريشن کېدای شي په ۱۵٪ واقعاتو کې منځ ته راشي.

عضوي مزاجي روحي ناروغي

psychotic disease Organic affective

د پاڼو شميره: له 1 تر 6

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

يادونه: دليکنې دليکنيزې بڼې پازوالي د ليکوال په غاړه ده، هيله من يو خپله ليکنه له راليرو مخکې په خپر و لولی

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 يادېږي .
 که چیرې depression د الکولو يا نورو وسايلو تیکو موادو استعمال سره په ارتباط کې مينځ ته راشي Residual psychotic disease نوم ورکړل کيږي .
 - د Schizophrenia وروسته ډېرېشن Post Schizophrenic Depression په نوم يادېږي .

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 نړيوال تشخیصي سیستم په مرسته، چې د International Diagnose system (ID-IO) په نامه يادېږي، اېښودل کيږي. ددې سیستم په اساس د خفيف، متوسط او شديد ډېرېشن ترمنځ توپير کېدای شي (لاندي جدول وگورئ).

جدول: د CD-IO سیستم له مخې د ډېرېشن تشخیصیه معیار (محک)	
الف: ناروغ باید د ډېرېشن عمومي مشخصات ولري يعنې:	
۱. د ډېرېشن دوره باید حد اقل د دوه هفتو لپاره موجوده وي.	
۲. مخکې په ناروغ کې د Mania، Hypomania او يا يې گډ شکل موجوده وي.	
۳. د ناروغۍ عضوي اسباب بايد رد شوي وي.	
ب: د ډېرېشن اساسي اعراض:	
۱. خفگان.	
۲. د شوق او دلچسپۍ کموالی.	
۳. د انرژۍ کموالی يا سترييا.	
ج: له ډېرېشن سره مل نور اعراض:	
۱. په ځان اعتماد او اعتبار له لاسه ورکول او ځان حقير 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، هيجان) يا ډېر چوپوالی او غلی توب.	
۶. د خوب خرابوالی.	
۷. د اشتها او وزن تغير.	

د ډېرېشن شدت درجه دهاملټن ډېرېشن دتلي (اندازه گيری) « Hamilton Depression Rating Scale » HAM-D17 (scale)

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

Hamilton Depression Rating Scale (HDRS)

Navn :
 Dato :
 No. Symptom

د پاڼو شميره: له 2 تر 6

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

يادونه: دلپکنی د لپکنيزې بنې پازوالي د لپکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله لپکنه له راليرلو مخکې په څير و لولئ

	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 :

- 7 > • points: Not depression
- 12-8 • points: Doubtful depression
- 17-13 • points: Mild depression
- 24-18 • points: Moderate depression
- 24 < • points : Severe depression

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

1. Depressed mood د فشار لاندې مزاج .
(خفگان ، نامیدی ، ځان بې مرستندویه گڼل ، ځان بې ارزښته گڼل)
• = موجود نه وي .
1 = ډېرته احساساتو موجودیت یوازې د پوښتنې په مقابل کې
2 = ډېرته احساساتو موجودیت دناروغ لخوا په اتومات ډول
3 = په غیر دناروغ له شفاهي څرگندولو څخه د ناروغ د قواري ،
څخه په ناروغ کې د ډېرېشن نښې څرگندیږي .
4 = دناروغ له خبرو او خبرې دواړو څخه په حقیقت کې په څرگند

دناروغ لخوا څرگندیږي .
پخپله بې له پوښتنې څرگندیږي .
اواز ، وضعیت او ژر ژر اوښکوتویولو
ډول د ډېرېشن نښې معلومیږي .

2 . دخپلي ملامتیاو گناهگار گڼلو احساس Feeling of guilt

• = موجود نه وي .
1 = ځان ملامتول اود دې احساس چې گوندې خلک بې آزارولي
2 = دخپلو تېرو تېروتنو له کبله ځان گناهگار او ملامت گڼل او
3 = ځان ډېر سخت گناهگار او د سزاء وړ گڼل ، او فکر کول چې

دې .
پدې هکله تشویش لرل .

د پاڼو شمېره: له 3 تر 6

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

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

اوسنی ناروغي يې د مخکنيوگناهگانو جزاده.
۴ = تومت لگوونکي او اخطار ورکوونکي غبرونه اورېدل او يا د
Halucination له کبله ځيني تهديدوونکي شيان ليدل .

3 . ځان وژنه (انتحار، خودکشي) Suicide :

- ۰ = دځان وژني په باب فکر موجود نه وي.
- ۱ = داسې احساس لرل چې ژوند يې په ژوند کولو نه آرزوي، خود
- ۲ = دځان لپاره د مرگ آرزو ، خودځان وژني کوم مشخص پلان نه
- ۳ = دځانوژني فکرونه اويا په خبروکي ورته اشاره کول اوددی وکړي.
- ۴ = په دې نږدی وختونو کې د ځانوژني عملي کو بنسټ.

ځان وژني کوم عملي پلان نه لرل.
لرل.
احتمال چې کېدای شي ناروغ خودکشي

4 . دځوب راتللو مشکلات (وختي) INSOMNIA EARLY :

- ۰ = دځوب راتللو مشکلات موجوده وي.
- ۱ = په تېرودرې شپوکي يو يا دوه ځلي دځوب په بستره کې له وخت لپاره دځوب نه راتلل.
- ۲ = په تېرو درې شپوکي په دوامدار ډول دځوب په بستره کې له پريوتو وروسته دنيم ساعت څخه دزيات پريوتو وروسته دځوب نه راتلل.

پريوتو وروسته دنيم ساعت څخه دزيات
پريوتو وروسته دځوب نه راتلل.

5. منقطع خوب INSOMNIA MIDDEL :

- ۰ = ځوب منقطع نه وي.
- ۱ = په ځوب کې ناراحتي او په تېرودرې شپوکي يو يا دوه ځلي له خوبه په منقطع ډول بېدارېدل.
- ۲ = په تېرو درې شپوکي هره شپه آقلا يو ځلي له خوبه بېدارېدل.

دخوبه بېدارېدل او بېرته اوده کېدل.
څخه خوبه بېدارېدل او بېرته اوده کېدل

6. سهاروختي له خوبه بېدارېدل INSOMNIA LATE :

- ۰ = سهاروختي له خوبه بېدارېدل.
- ۱ = سهاروختي(دنورمال حالت څخه دپوساعت څخه کم وخت)
- ۲ = په دوامدار ډول يو ساعت مخکې سهاروختي دعادي وخت ناممکن وي .

7. کار او فعاليت WORK AND ACTIVITY :

- ۰ = نورمال کار او فعاليت.
- ۱ = دکار او فعاليت په ارتباط دستريانا، توانی او ضعيفی احساس او فکر درلودل.
- ۲ = دکار، فعاليت اوساعت تيری سره د دلچسپي له لاسه ورکول.
- ۳ = دکاردقابليت واضح کموالی اودکار په تيزوالي کې کموالی.
- ۴ = داوسنی ناروغي له کبله يې کار بس کړی وي .

8. سايبکوموتوريکه تنبلي RETARDATION (په فکرکولوکي سستي، د فکر دتمرکز خرابي اودخبروکولو اوحركي فعاليت کموالی)

- ۰ = نورمالی خبرې اوفکر.
- ۱ = په خبروکولو اوتقليدکولوکي لږه سستي.
- ۲ = په خبروکولو اوتقليدکولوکي واضحه سستي.
- ۳ = دناروغ سره مصاحبه مشكله وي، اودپراوردوخت غواړي.
- ۴ = دناروغ سره مصاحبه د Stupor(کنگسييت اوکړختی) له کبله ناممکنه وي.

9. حرکي نا آرامي Agitation :

- ۰ = موجوده نه وي.
- ۱ = مشکوکه اويالږه حرکي ناآرامي.
- ۲ = ناروغ ناآرامه ناست وي، اوخپل لاسونه مروړي اويادخپلووينتوسره لوبې کوي.

د پايو شميره: له 4 تر 6

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

يادونه: دلپکنی د ليکنيزې بنې پازوالي د ليکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليرلو مخکې په ځير و لولئ

اوگر دچاپېر حرکت کوي.
چيچي او له ناروغ سره مصاحبه يوازي

۳ = ناروغ واضحاً ناراحته وي، په ځاي آرام نه شي کينېناستی
۴ = دزياتي حرکي نا آرامی له کبله ناروغ خپل نوکان او شونډې
دتگ په حالت کې سرته رسيري.

10. روحي ډار او اضطراب ANXIETY PSYCHOTIC :

- ۰ = موجودنه وي.
- ۱ = ناروغ روحي تشنج او تخرشيت لري.
- ۲ = ناروغ کوچنيو موضوعاتو ته تشويش کوي.
- ۳ = دناروغ له خبرې او خبروڅخه ډار او تشويش څرگنديږي.
- ۴ = ناروغ وايي چې ډار لري.

اضطراب ځيني جسمي اعراض لکه :
دگېډې درد او ارگي)

11. جسمي اضطراب SOMATIC ANXIETY (د ډار او

هضمي: دخولي وچوالی، په گېډه کې باد، بد هضمي، اسهال،
قلبي، وعايي: دزړه پرش او سردردې.
تنفسي: ژرژر تنفس، اوسيلي ويستل.
بولي تناسلي: ژرژر تشي متيازي کول)

- ۰ = موجود نه وي.
- ۱ = خفيف
- ۲ = متوسطه درجه
- ۳ = شديد
- ۴ = اعراض دومره شديدوي چې دور ځنيو کارونو قابليت له ناروغ څخه سلبيوي.

12. معدې معايي اعراض Gastro – Intestinal :

- ۰ = موجود نه وي.
- ۱ = د اشتها کموالی، خو بي لډې چې ناروغ دنورو لخوا تشويق دروندوالي احساس.
- ۲ = ناروغ ډېرزيات بي اشتها وي.
- د نورو د تشويق او اصرار پرته خواړه نه خوري. دگېډې درد دوا ته ضرورت لري.

شي خواړه خوري. په گېډه کې د
د اعراضو لکه د قبض او گېډې د

13. عمومي جسمي اعراض General somatic symptoms :

- ۰ = موجود نه وي.
- ۱ = داندامونو، سر او ملادر وندوالی، دسر او ملادر درد، عضلاتو درد او د انرژي نشتوالی او ډېره ستړيا.
- ۲ = دوامداره دوه جسمي اعراضه يادېره زياته شديده ستړيا .

14. جنسي اعراض Genital Symptoms :

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

15. Hypochondria :

- ۰ = موجودنه وي.
- ۱ = ناروغ دخپل بدن دصحت په باب مشکوک وي .
- ۲ = ناروغ دخپل جسمي روغتيا په باب ډېر تشو يش لري.
- ۳ = ناروغ په مکرر ډول دخپلي جسمي ناروغی څخه شکايت مرسته غواړي.
- ۴ = ناروغ Hypochondreal Delusion لري.
يعني ناروغ په غلطه توگه په ټينگه په دې عقیده وي چې جسمي ناروغي لري.

د پاڼو شميره: له 5 تر 6

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

يادونه: دلپکنی د ليکنيزې بنې پازوالي د ليکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليرلو مخکې په ځير و لولئ

16: دوزن بايلل:

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

17 . دخپلي ناروغی پېژندل:

- = دخپلي ناروغی 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.

نتیجه : 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 شديدېرېشن دلالت کوي.

د پاڼو شميره: له 6 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: دلیکني دلکنيزي بنی پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په څیر و لولئ