

# NUORTEN DEPRESSIO

## Tunnistaminen ja arviointi

Mauri Marttunen

professori

HY, HYKS, psykiatrian klinikka

tutkimusprofessori

THL

---

## Masennukseen liittyvät ilmiöt nuoruudessa

### Muutos lapsuuteen verrattuna

Masennusoireet ja masennustilat yleistyvät - erityisesti tytöillä

Maaniset tilat yleistyvät

Menetykseen liittyvät surureaktiot nuoruudessa vakavampia kuin lapsuudessa (?)

Itsemurhayritykset yleistyvät – erityisesti tytöillä, huippu nuorena aikuisuudessa

Itsemurhat yleistyvät – erityisesti pojilla

---

---

## Masennus käsitteenä (1)

### Masennuksella voidaan tarkoittaa

#### 1 Ohimenevää masennuksen tunnetilaa

- mielen perusreaktio eron, menetyksen, pettymyksen yhteydessä
- ero normaaliin suruun liittyvän masennuksen tunnetilan ja varsinaisten masennusoireiden välillä

#### 2 Yksittäistä masennusoiretta

- masennusoireilu yleistä psyykkisissä ja somaattisissa sairauksissa
  - nuorilla masennusoireet yleisempiä kuin lapsilla tai aikuisilla
-

---

## Masennus käsitteenä (2)

### Masennuksella voidaan tarkoittaa

#### 3 Masennusoireyhtymää eli depressiota

- monikasvoisia oireyhtymiä
  - voidaan luokitella eri lähtökohdista eri tavoin
  - kokemus laadullisesti erilainen kuin masennusoireilussa
  - aiheuttavat psykososiaalisen toimintakyvyn laskua
  - aiheuttavat subjektiivista kärsimystä
-

---

# Nuoren depression tunnistaminen

## Käytöksen muutos

Vetäytyminen, sensitiivisyys, herkkyys kritiikille, itkuherkkyys

Keskittymisvaikeudet, aloitekyvyttömyys

Häiriökäyttäytyminen (pojat?)

Koulumenestyksen heikkeneminen, poissaolot

## Masennusoireiden seulonta

Masennusoirekyselyt

- mielialakysely RBDI

---

---

## Nuoren depression diagnoosi ICD-10 (1)

### Ydinoireet:

1. Mielialan lasku
  - kesto vähintään 2 viikkoa
2. Mielenkiinnon ja mielihyvän kokemisen menetys
  - tärkeät asiat menettävät merkityksensä
3. Väsymys ja voimattomuus, uupumus

### Muut oireet:

4. Keskittymisvaikeudet
  5. Unen häiriintyminen
  6. Ruokahalun ja painon muutokset
  7. Ruumiinliikkeiden hidastuminen tai levottomuus
-

---

## Nuoren depression diagnoosi ICD-10 (2)

### Muut oireet:

8. Arvottomuuden- ja syyllisyydentunteet, itsetunnon lasku

9. Kuolemantoiveet, itsetuhoinen käyttäytyminen

- toivottomuus, umpikujan tunne
- itsemurhasuunnitelmat tai - yritykset

Masennustila diagnosoidaan, kun ainakin kaksi ydinoiretta ja kaksi muuta oiretta (lievä: 4-5, keskivaikea: 6-7, vaikea: 3 ydinoiretta, yhteensä 8-9)

- esiintyvät samaan aikaan
  - ainakin kahden viikon ajan  
(suurimman osa päivästä viikon useimpina päivinä)
  - aiheuttaen kärsimystä ja/tai toimintakyvyn selvää laskua
-

---

## Nuoren depression diagnoosi (3)

Vaikka nuorten masennustilojen ydinoireet samat kuin aikuisilla

- 1) masentunut mieliala
- 2) anhedonia
- 3) uupumus

Ikäspesifiset epätyypilliset oireet voivat vaikeuttaa tunnistamista

- Ärtyneisyys, vihaisuus, reaktiivinen epäsosiaalinen oireilu
- Mielialan reaktiivisuus yleisempää kuin aikuisilla
- Somaattiset oireet: päänsärky, vatsakivut, muu epämääräinen kipu

Normaalit mielialan vaihtelut vai depressio?

- Alakuloisuus ei kestä pitkään
  - Mieliala ei vaihtelee äärimmäisyydestä toiseen
  - Ei muita masennusoireita
  - Toimintakyky ei lamaannu – koulu, perhe- ja toverisuhteet
-

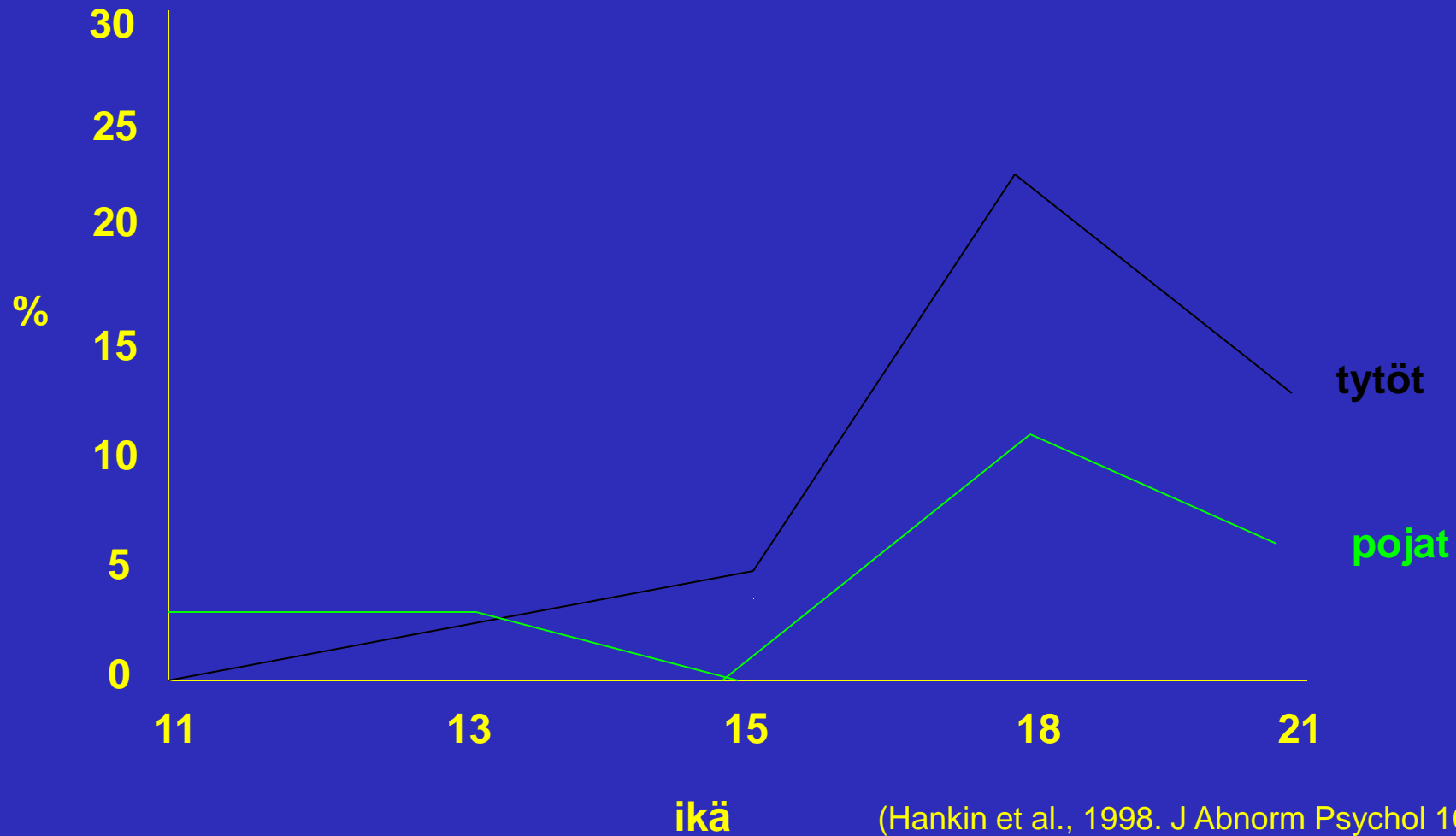


---

## Nuorten mielenterveyden häiriöiden esiintyvyys

<u>Häiriötyyppi</u>	<u>Esiintyvyys (%)</u>	<u>Sukupuoli-ADS /</u> <u>jakauma</u>	<u>verrokki</u>
Jokin mielenterveyden häiriö	15 - 25	N > M	23.0
<b>Mielialahäiriöt</b>	<b>10 - 15</b>	<b>N &gt; M</b>	<b>11.0</b>
Ahdistuneisuushäiriöt	5 - 15	N > M	11.5
Päihdehäiriöt	5 - 10	N < M	4.0
Käytöshäiriö	5 - 10	N < M	4.5 (sis ADHD)
ADHD	- 5	N < M	
Syömishäiriöt	- 5	N > M	4.0
Ei-affektiiviset psykoosit	- 2	N = M	-

# Uusien depressiojaksojen esiintyvyys



(Hankin et al., 1998. J Abnorm Psychol 107: 128-40)

---

# Depression etiologia

Haavoittuvuus - stressi -malli

- Sairastumisalttius, ajankohtainen elämäntilanne, suojaavien tekijöiden puute

## Alttiutta lisäävät

1) Biologiset taustatekijät

- perinnöllinen alttius (35 %), stressiin reagoimisen biologia, temperamentti

2) Psykologiset taustatekijät

- erokokemukset, laiminlyönnit, pitkäaikaiset ristiriidat

3) Persoonallisuustekijät

- ulkomaailman pelottavana kokeminen ("neuroottisuus"), vaativuusm, ym

4) Sosiaaliset taustatekijät

- sosiaalisen tuen puute (yksinäisyys), yhteiskunnan muutokset

5) Suojaavien tekijöiden puute

- läheiset ihmissuhteet, sosiaalinen tuki

---

---

## Depression etiologia

### Ajankohtainen stressi laukaisee depression

Useimmiten sairastumista edeltää joku negatiivinen elämäntapahtuma

- menetys, ero, kaltoinkohtelu, siirtymävaiheet
- perheen vaikeudet, epäonnistuminen
- voi syntyä noidankehä, jossa depressio "synnyttää" uusia kuormittavia elämäntapahtumia
- somaattiset sairaudet

=> useimmiten sairastumisessa on kyse usean tekijän yhteisvaikutuksesta

---

---

## Nuoren masennustilan arviointi (1)

Monipuolinen arvio tarpeen, tieto eri tahoilta tarpeen

### 1 Nuorelta itseltään

Nuoren omat tuntemukset, kokemukset

Masennusoireiden ja niiden vakavuuden arviointi

Nuoren kyky kontaktiin arvioivan työntekijän kanssa

### 2 Nuoren vanhemmilta

Kotona esiin tulleet oireet

Muutos nuoren käyttäytymisessä ja suhtautumisessa

Perhetilanteen selvittely

---

---

## Nuoren masennustilan arviointi (2)

### 3 Opettajilta ja muilta koulun aikuisilta

Nuoren masennuksen ensi oireet huomataan usein koulussa

Koulussa esiin tulleet oireet

- keskittymisvaikeudet, häiriökäyttäytyminen, kiusaaminen
- koulumenestyksen heikkeneminen, poissaolot

### 4 Nuoren ystäviltä

Ystäväpiirissä esiin tulleet oireet

Ikätoverit huomaavat usein muutoksen aikaisia paremmin

---

---

# Voimavarojen arviointi nuoren depressiossa (1)

## 1 Nuoren omat voimavarat

Mikä nuoren käytöksessä on normaalia, tervettä

Millä alueilla nuori on osaava, taitava, “hyvä”

Myönteiseen minäkuvaan tukeminen, myönteinen palaute

## 2 Perheen voimavarat

Missä perhe tarvitsee tukea

Mitkä perheen tehtävät sujuvat hyvin

Ydinperheen ulkopuoliset tärkeät henkilöt

- isovanhemmat, muut sukulaiset, tuttavat, naapurit

---

---

## Voimavarojen arviointi nuoren depressiossa (2)

### 3 Nuoren muu elämänpiiri

Koulunkäynti ja koulun aikuiset, koulutoverit  
Harrastukset, muut kiinnostuksen kohteet

### 4 Eri viranomaistahot

Mistä saatua tukea nuori ja perhe hyväksyy  
Missä nuori tunnetaan parhaiten  
Mikä taho ottaa päävastuun nuoren asioissa  
Mikä on kunkin auttajatahon rooli ja osuus  
Yhteistyössä, kilpailematta

---



---

## Komorbiditeetti nuorten depressioissa

Yleisimmät samanaikaiset (komorbidit) häiriöt nuorten depressioissa

<u>Adolescent Depression Study (ADS)</u>	<u>Aiemmat tutkimukset</u>	
Jokin komorbidi häiriö (%)	68.3	40 - 80
Ahdistuneisuushäiriö	56.0	30 - 80
Päihdehäiriö	16.5	15 - 30
Syömishäiriö	10.1	
Käytös-/tarkkaavuushäiriö	10.1	30 - 80

---

---

## Nuorten komorbidit depressiot

Komorbiditeetti liittyy nuoruuden depressioissa vaikeahoitoisuuteen

Masennusjakson kesto pidempi

Useammin itsetuhoisuutta

Huonompi toimintakyky

Huonommat hoitotulokset

=> Komorbidien häiriöiden tunnistaminen ja tehokas hoito!

---

---

## Nuoren depressiot ja toimintakyky

Ärtyneisyys, vetäytyminen vaikeuttavat sosiaalista vuorovaikutusta – ikätoverit, aikuiset (vanhemmat, opettajat)

=> Sosiaaliset taitojen oppiminen jää puutteelliseksi, iänmukainen kehitys voi jäädä kesken, vaurioitua

Huono toimintakyky voi kestää kauemmin kuin masennusoireet ja kognitiivisten kykyjen heikkeneminen

=> vaikutus nuoren käsitykseen itsestään

=> vaikutus nuoren valintoihin ja tuleviin mahdollisuuksiin

---

---

## Nuoren depressiot ja itsetuhoisuus

Depressioista kärsivistä nuorista itsemurha-ajatuksia 85 %  
itsemurhayrityksiä 32 %

ADS: vain itsemurha-ajatuksia 33 %,  
itsemurhayrityksiä 29 %

Itsetuhoisten nuorten masennustilat pidempikestoisia

Itsetuhoisten nuorten toimintakyky huonompi

Vakavasti masentuneilla nuorilla kohonnut itsetuhoisuusriski

- 3 v seurannassa itsetuhoisuutta 70 %
- Aikuisuuteen mennessä itsemurhayritys 32 %
- 6 v seurannassa kuoli 5.7 %
- 10 v seurannassa teki itsemurhan 4.4 %

ADS 8 v seuranta: 3 kuollutta (1.4 %), 2 itsemurhaa (0.92 %)

---

---

## Nuorten depressioiden kulku

Nuoruudessa ensi kertaa vakavasti masentuneista

Toipunut $\leq$ 1 vuoden kuluessa	40 - 80 %
Uusi episodi 2 vuoden kuluessa	40 %
5 vuoden kuluessa	70 %

### ADS: 1v seurannan aikana

Toipunut	50 %
Uusi episodi	13 %

### ADS: 1v seuranta haastatteluhetkellä

Täysin toipunut	45 %
Osittain toipunut	19 %
Depressio	36 %

---

---

## Nuorten depressioiden kulku – ADS 8 vuoden seuranta

### Seurannan aikana

Toipunut	92 %
Uusi episodi	<u>66 %</u>
- yksi	31 %
- kaksi tai useampia	35 %

### Seurantahaastattelussa

Toipunut depressiosta	60 %
Depressio	40 %
Ei depressiota, mutta muu mt-häiriö	28 %
Ei mitään mt-häiriötä	<u>32 %</u>

=> Uusiutumisen yleistä, komorbidien häiriöiden merkitys

---

---

## Avun haku nuorten depressioissa

Nuoren on itse usein vaikea tunnistaa avun tarvetta

Kynnys pyytää apua aikuisilta voi olla suuri

Mielenterveyden ongelmiin liittyy leimautumisen pelkoa ja virheellisiä käsityksiä

Aikuiset voivat olla huolissaan eri asioista kuin nuori

Koulussa tulee usein esiin sellaisia muutoksia, joista kotona ei olla tietoisia

Eri tahojen välinen yhteistyö!

---

---

## Osa nuorten depressioista on kaksisuuntaisia häiriöitä

Kaksisuuntaisiksi osoittautuu seurannassa kliinisisissä aineistoissa noin 20 - 40 %, väestöaineistoissa 2 - 5 %.

Kliininen kuva ei riitä ennustamaan riskiä, mutta se korkea, jos

- 1) bipolaarihäiriötä suvussa, 2) depressio psykoottinen,
- 3) masennuslääkehoidon indusoima kohonneen mielialan jakso

ADS:        Kaksisuuntaisia häiriöitä

- hoitoon tullessa 6.9 %

- 1 v seurannassa 11.7 %

- 8 v seurannassa 18.9 %

=> Riskiarvio masennuslääkehoitoa aloitettaessa

=> Seurannan tärkeys hoidon päätyttyä

---



---

## Nuorten depressioiden ennuste

Nuoruuden depressiot ennustavat nuoren aikuisuuden

- Masennustiloja
- Ahdistuneisuushäiriöitä
- Itsetuhoisuutta
- Päihdeongelmia
- Huonoa sosiaalista selviytymistä
- Tyytymättömyyttä omaan elämään
  - parisuhde, työ, somaattinen terveys

Uusiutuvan masennuksen ennuste huonompi kuin niillä, jotka sairastaneet vain yhden masennusjakson

=> Ensimmäisen masennusjakson tunnistaminen ja hoito!

---

---

## Nuoruuden masennusoireilun ennuste

Myös nuoruuden masennusoireet ennustavat myöhemmän nuoruuden ja nuoren aikuisuuden mielenterveyden ja selviytymisen ongelmia => huomio subkliiniseen oireiluun!

NAM: Masennusoireilleilla nuorilla nuorena aikuisuudessa

kohonnut riski

Suhteellinen riski

Jokin mielenterveyden häiriö	2.2
Komorbidi mielenterveyden häiriö	6.2
Depressio	3.2
Ongelmajuomista (CAGE $\geq$ 2)	1.6
Huono psykososiaalinen selviytyminen (GAF $\leq$ 60)	3.5

=> Miten spesifistä jatkuvuus on ?

---