

# Îngrijirea persoanelor vârstnice

Caz clinic - depresia

► pacientă în vârstă de 72 ani, sex feminin

► **motivele internării:**

- tulburări de somn
- inapetență
- pierderea interesului
- fatigabilitate
- tulburări de atenție
- sentiment de inutilitate

► **antecedente personale patologice:**

- diabet zaharat tip 2
- obezitate abdominală gradul I

- ▶ este necesară evaluarea riguroasă psihologică și psihiatrică
- ▶ o anamneză riguroasă ar putea evidenția prezența unei predispoziții familiale
- ▶ depresia poate fi favorizată de reducerea rolului social și familial - este extrem de importantă implicarea vârstnicului în diverse activități, în viața de familie și a comunității din care face parte
- ▶ inclusiv prezența diabetului zaharat ar putea favoriza apariția depresiei (există o asocieră semnificativă între cele două afecțiuni)
- ▶ totodată, modificările aspectului fizic și ale abilităților kinetice (inclusiv forța și rezistența) sau conștientizarea apropiării morții ar putea influența starea psihică a vârstnicului

- ▶ pentru a putea stabili diagnosticul de depresie (și pentru a exclude o tulburare tranzitorie a dispoziției) este necesară evaluarea simptomelor pe o perioadă de cel puțin 2 săptămâni
- ▶ este recomandată dezvoltarea unei relații strânse cu pacientei
- ▶ este extrem de benefică insuflarea siguranței și creșterea stimei de sine a pacientei
- ▶ pentru asigurarea aportului energetic adecvat și al unei repartiții corespunzătoare a macronutrienților și a micronutrienților, cu o hidratare ajustată necesităților, se recomandă monitorizarea dietei (inclusiv a aportului hidric) - se preferă mesele mici și regulate
- ▶ totodată, în același scop, se recomandă monitorizarea greutății corporale a pacientei

- ▶ se recomandă evitarea ațipirilor dese din timpul zilei pentru a favoriza și odihna adecvată din timpul nopții (pacienții tind să se trezească în mijlocul nopții și să aibă dificultăți în a readormi)
- ▶ este benefică activitatea fizică ajustată particularităților pacientei
- ▶ alături de farmacoterapia individualizată, se recomandă psihoterapia cognitivă și comportamentală
- ▶ este necesară monitorizarea tensiunii arteriale pentru evitarea hipotensiunii ortostatice cauzate de medicația antidepresivă
- ▶ se recomandă supravegherea atentă a administrării medicației (a nu se lăsa medicația la îndemâna pacientei în scopul evitării tentativelor de suicid)
- ▶ este esențială evitarea izolării sociale a pacientei