

Stemmingsstoornissen

Eenmalige depressie Iedereen voelt zich wel eens lusteloos, neerslachtig of in de put. Het kunnen heel normale gevoelens zijn, passend bij tegenvallers of problemen in het leven die iedereen heeft. Vaak gaat het hierbij om gevoelens die enkele uren of enkele dagen duren. Echter, als deze gevoelens tenminste gedurende meerdere weken het grootste deel van de dag bestaan en men zich niet meer over de somberheid heen kan zetten, dan spreken we van een depressie.

Depressie komt veel voor. Kwetsbaarheid voor depressie kan genetisch bepaald zijn. Dat wil niet zeggen dat zich definitief een depressie zal ontwikkelen, maar in combinatie met nare gebeurtenissen of problemen is de kans groter op het ontwikkelen van een depressie dan mensen die deze kwetsbaarheid niet hebben.

Recidiverende depressie

Wanneer een depressieve episode zich meer dan eenmaal voordoet, is er sprake van een recidiverende depressie. Wanneer eenmaal een depressieve episode heeft plaatsgevonden, is de kans op een volgende depressie groter. Behandeling en preventie zijn hierbij erg belangrijk.

Dysthymie

Wanneer er gedurende minstens twee jaar sprake is van een sombere stemming gedurende het grootste gedeelte de dag, met daarbij een aantal andere symptomen van depressie, kan er sprake zijn van een dysthyme stoornis.

Bipolaire Stoornis

Iedereen voelt zich wel eens blij, gelukkig en vol energie, maar ook wel eens lusteloos, neerslachtig of in de put. Dit zijn normale gevoelens, passend bij mee- of tegenvallers, geluk of problemen in het leven, die iedereen heeft. Vaak gaat het om gevoelens, die enkele uren of enkele dagen duren. Het zijn normale variaties van iemands stemming. Als iemand gedurende langere tijd te uitgelaten en vol energie is, spreken we van een manie. Is iemand juist veel te somber zonder zich erover heen te kunnen zetten, dan spreken we van een depressie. Een manie is dus het tegenovergestelde van een depressie. Als iemand lijdt aan sterke schommelingen in de stemming, waarbij de stemming gedurende langere periodes of te uitgelaten of zeer somber is, spreken we van een bipolaire stoornis. Voorheen werd de bipolaire stoornis een manisch-depressieve stoornis genoemd. De stemmingswisselingen kunnen af en toe optreden, met periodes van een normale stemming tussendoor. Ze kunnen ook snel achter elkaar optreden. Bij sommige mensen staat de manie op de voorgrond, bij anderen de depressie. Een manische periode kan worden gevolgd door een depressie, maar andersom is ook mogelijk. De stemmingen kunnen extreme vormen aannemen, zowel naar de depressieve als naar de manische kant.