

تبعات اقتصادی و اجتماعی افسردگی را دست کم نگیرید

بسیاری از ما فردی را می‌شناسیم که از افسردگی رنج می‌برد. اما تداوم این بیماری در بسیاری از نقاط جهان که همراه با بروز مشکلات ذهنی است و در سایر نقاط جهان هم رو به افزایش است، به این معنا است که ابعاد این مشکل و تاثیراتش معمولاً خیلی آشکار نیست.

در شرایطی که جهان با جنگ و بیماری‌های همه گیر از جمله ابولا دست و پنجه نرم می‌کند، نرخ بالای افسردگی کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد اما همچنان اثرات خود را بر محیط‌های کاری و بودجه‌های بهداشت و درمان دولت‌های سرتاسر جهان تحمیل می‌کند.

سازمان بهداشت جهانی اعلام کرده است که حدود ۳۵۰ میلیون نفر در سرتاسر جهان از افسردگی رنج می‌برند. در سرشماری این سازمان که در سال ۲۰۰۸ از ۱۷ کشور جهان به عمل آمد معلوم شد که به‌طور متوسط از هر ۲۰ نفر، یک نفر دوره‌ای از افسردگی را در یک سال پیش از این سرشماری تجربه کرده‌اند. بر اساس مطالعه‌ای جهانی که در سال ۲۰۱۰ منتشر شد، اختلال افسردگی شدید، ۸/۲ درصد از افراد جهان را برای سال‌ها درگیر خود می‌کند و همین موضوع موجب شده است که این اختلال به دومین اختلال در سطح جهان که چندین سال از عمر افراد را به خود اختصاص می‌دهد، تبدیل شود. احتمال اینکه افراد در جوانی به افسردگی مبتلا شوند زیاد است و معمولاً زنان بیشتر در معرض این بیماری قرار می‌گیرند. در بسیاری از موارد زنان پس از به دنیا آوردن فرزند در معرض آسیب‌های این بیماری قرار می‌گیرند و این اختلال بر رشد و ترقی نسل جدید تاثیر منفی می‌گذارد.

اثرات گسترده اقتصادی-اجتماعی

اثرات اقتصادی و اجتماعی سطوح بالای افسردگی در جهان بسیار گسترده است. افسردگی در جدی ترین شکل خود منجر به نابودی پتانسیل‌های انسانی می‌شود، به این معنا که بر اساس نخستین گزارش سازمان بهداشت جهانی در مورد پیشگیری از خودکشی، سالانه بیش از ۸۰۰ هزار مورد خودکشی رخ می‌دهد. امید به زندگی افرادی که بیماری‌های شدید ذهنی دارند (از جمله افسردگی حاد) به‌طور میانگین ۲۰ سال کمتر از سایر اقشار جامعه است.

علاوه بر این، افسردگی طی پربرترین سال‌های عمر افراد، می‌تواند اثرات زیادی بر اقتصاد جهان بر جای گذارد. سازمان همکاری‌های اقتصادی و توسعه اعلام کرده است که ۵ درصد از افراد جهان که در سن اشتغال به سر می‌برند، از بیماری‌های وخیم ذهنی رنج می‌برند و ۱۵ درصد از افراد در این سن، به یکی از بیماری‌های

افسردگی یا شیدایی مبتلا هستند. بر اساس گزارش این سازمان هزینه‌های مستقیم یا غیرمستقیم مشکلات ذهنی معادل ۴ درصد تولید ناخالص داخلی جهان است. در آمریکا، مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها اعلام کرده است که حدود ۸۰ درصد از افراد مبتلا به افسردگی به‌خاطر شرایطی که در آن گرفتار شده‌اند، سطحی از اختلال در عملکردشان را گزارش کرده‌اند و ۲۷ درصد از آنان، بروز مشکلات جدی در کار و زندگی شخصی خود را گزارش کرده‌اند. برآوردها نشان می‌دهد که این بیماری در ایالات متحده موجب از دست رفتن سالانه ۲۰۰ میلیون روز کاری می‌شود و برای کارفرمایان سالانه هزینه‌ای بالغ بر ۱۷ تا ۴۴ میلیارد دلار در پی دارد.

درمان‌های قابل اعتماد متنوعی برای بیماری افسردگی وجود دارد که از جمله آنها می‌توان به داروهای ضد افسردگی، رفتاردرمانی و سایر انواع روان درمانی اشاره کرد. گرچه درمان‌های کلینیکی در کشورهای در حال توسعه همچون اوگاندا و هندوستان، به اندازه کشورهای پیشرفته‌ای که در آنها مدام مورد استفاده قرار می‌گیرند، تاثیرگذار بوده‌اند، اما بر اساس اعلام سازمان بهداشت جهانی، کمتر از نیمی از افرادی که در سطح جهان به این بیماری مبتلا هستند و در برخی از کشورها حتی کمتر از ۱۰ درصد آنان، تحت درمان قرار می‌گیرند.

تمرکز بر پیشگیری و تامین بودجه آن

در چنین شرایطی، برخی از سیاستگذاران تمرکز خود را بر پیشگیری از افسردگی معطوف کرده‌اند و از راه‌هایی همچون برنامه‌های حل مشکل در مدارس، آموزش مهارت‌های فردی و اجتماعی به کودکان و اجرای برنامه‌های بهداشت و سلامت در محیط کار برای افراد مسن، پیشگیری از ابتلا به این بیماری را در اولویت‌های کاری خود قرار داده‌اند.

با افزایش نرخ ابتلا به افسردگی در سطح جهان، آموزش‌های مربوط به این بیماری در مناطقی که شیوع آن بیشتر است، ضروری به‌نظر می‌رسد و تامین بودجه برای درمان آن حیاتی است. بر اساس قطعنامه مجمع بهداشت جهانی که در ماه مه ۲۰۱۲ به امضا رسید، کشورها موظف شده‌اند واکنشی هماهنگ تر به اختلالات ذهنی در سطح کشورها نشان دهند. این درخواست کم‌کم به عرصه سیاست هم کشیده شده است و نیک کلگ، معاون نخست‌وزیر انگلیس هم به تازگی اعلام کرده است که دولت این کشور ۱۲۰ میلیون پوند بودجه را به کاهش دوره انتظار برای شروع درمان بیماری‌های ذهنی اختصاص می‌دهد. هدف از این اقدام انگلستان این است که تا سال ۲۰۱۵ میلادی، سطح درمان بیماری‌های ذهنی به سطح درمان بیماری‌های فیزیکی برسد.

مدت‌های طولانی، اثرات بیماری افسردگی کوچک شمرده شد. اکنون دولت‌ها و مقامات بخش بهداشت و درمان جهان فهمیده‌اند که باید به این وضع پایان داد.

Don't underestimate the socio-economic impact of depression



November 21st 2014

[From a guest author](#)

Many of us know someone who has suffered from depression. Yet the continuing stigma associated with mental health problems in many parts of the world, as well as competing priorities in others, mean that the scale of the problem and its impact often lie just beneath the surface. While the world remains riven by multiple violent conflicts and other health concerns, including the Ebola crisis, high rates of depression continue to put growing pressure on workplaces and government health budgets around the world.

Around 350m people live with depression globally, according to the World Health Organisation (WHO); the WHO's 2008 World Mental Health Survey of 17 countries found that around one in 20 people on average reported an episode of depression in the previous year. Major Depressive Disorder (MDD) accounted for 8.2% of global years lived with disability (YLD), making it the second leading cause of YLDs, according to the 2010 Global Burden of Disease study. The disease tends to take hold of its victims when they are young, and women are often disproportionately affected, in many cases after childbirth, leading to further collateral damage as it impacts the growth and development of a new generation.

Wide-ranging economic and social impacts

The economic and social effects of high levels of global depression are wide-ranging. In its most serious form, depression leads to a dramatic forestalling of human potential: there are more than 800,000 suicides per year, according to the WHO's first global report on suicide prevention. People with severe mental illnesses (including acute depression) have a life expectancy that is 20 years shorter, on average, than that of the general population.

Moreover, depression has a major impact on people during their most productive years. The OECD says that some 5% of the working-age population is affected by a severe mental health condition and a further 15% by a more common one such as depression or anxiety, and that the direct and indirect costs of mental health problems can be in excess of 4% of GDP. In the US, the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) say that around 80% of people with depression report some level of functional impairment due to their condition and 27% report serious difficulties in work and home life. The disease is estimated to cause 200m lost workdays each year in the US, costing employers between \$17bn and \$44bn annually.

Reliable treatments for depression exist, including antidepressant medications, cognitive behavioural therapy (CBT) and other forms of psychotherapy. Clinical trials in resource-stretched developing countries such as Uganda and India have shown them to be as effective as in mature economies where they are more widely used. Yet, according to the WHO, fewer than half of those affected globally, and in some countries fewer than 10%, are receiving treatment.

Focus on prevention and funding

Meanwhile, some policymakers are increasingly advocating a stronger focus on depression prevention, including school-based programs emphasizing problem-solving, cognitive and social skills for children as well as health and well-being programs in the workplace and for elderly people.

As the threat to public health from high rates of depression continues to rise, more education about depression in places where it is still stigmatized is vital, as is improved funding for treatment. A World Health Assembly resolution in May 2012 advocated a more coordinated response to mental disorders at the country level. This call is gradually making its way onto the political agenda, as evidenced by UK Deputy Prime Minister Nick Clegg's recent announcement that the UK government will commit [£120m in funding to reduce waiting times](#) for mental health treatment. The aim is to put treatment for mental health conditions on a level with treatment for physical health conditions from 2015.

The impact of depression has been underestimated for too long. Governments and global public health officials will have their work cut out for them.