



Τεχνολογικό
Πανεπιστήμιο
Κύπρου

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

Κατάθλιψη κατά την εμμηνόπαυση και η αντιμετώπιση της

Ευανθία Χρυσοστόμου

Λεμεσός , 2021

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

Κατάθλιψη κατά την εμμηνόπαυση και η αντιμετώπιση της

Ευανθία Χρυσοστόμου

Επιβλέπουσα καθηγήτρια

Δρ. Ελένη Χατζηγεωργίου

Λεμεσός , 2021

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Ευανθία Χρυσοστόμου, 2021

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Η Πτυχιακή μου εργασία έγινε στο Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου και αποτελεί ένα σημαντικό επίτευγμα των φοιτητικών μου χρόνων .

Αρχικά θα ήθελα να ευχαριστήσω ένα προς ένα , όλους τους καθηγητές του Τμήματος Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου που μου μεταφέραν τις γνώσεις τους και εξελίχθηκα τόσο σε θεωρητικό αλλά και πρακτικό επίπεδο αλλά κυρίως που με βοήθησαν να γίνω καλύτερος άνθρωπος .

Ιδιαίτερα ευχαριστώ από καρδιάς , θα ήθελα να προσφέρω στην Επιβλέπουσα Καθηγήτρια μου της Πτυχιακής τη Δρ. Ελένη Χατζηγεωργίου . Μου πρόσφερε , τις γνώσεις της , τις συμβουλές της, το χρόνο της , τη θετικότητα της και τη στήριξη της από την αρχή μέχρι το τέλος . Ήταν τιμή μου που στο τέλος των φοιτητικών μου χρόνων είχα την ευκαιρία να συνεργαστώ με μια σπουδαία καθηγήτρια και εξαιρετικό άνθρωπο .

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον πατέρα μου Γιώργο και τη μητέρα μου Μαρίνα που με άφησαν να ακολουθήσω το στόχο μου και να ακολουθήσω τη Νοσηλευτική σε ένα από τα καλύτερα Τμήματα Νοσηλευτικής χωρίς να μου στερήσουν οτιδήποτε προσφέροντας μου στήριξη , όνειρα και αγάπη .

Ευχαριστώ όλους μου τους συμφοιτητές που μάθαμε ο ένας από τον άλλο , τους καλύτερους μου φίλους που πίστεψαν σε εμένα και το μεγαλύτερο μου ευχαριστώ το οφείλω σε δύο σημαντικούς ανθρώπους , τον Αντρέα και την Ευφροσύνη δείχνοντας μου αδιαμφισβήτητη την πίστη τους στην ολοκλήρωση του έργου μου , με δόσεις αγάπης και αφοσίωσης.

Τέλος , αυτή η Πτυχιακή είναι αφιερωμένη σε όλες τις γυναίκες που βίωσαν κατάθλιψη κατά την εμμηνόπαυση .

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εισαγωγή: Η εμμηνόπαυση είναι μια φυσική εξέλιξη στη ζωή μιας γυναίκας όμως μπορεί και να μετατραπεί σε μια τραυματική εμπειρία . Κάθε βιωματικό γεγονός που ζει μια γυναίκα προκαλεί διακυμάνσεις στη ζωή της και στις ορμόνες της και αυτά έχουν ως εξέλιξη να λειτουργούν ταυτόχρονα , αλληλένδετα και μερικές φορές να την φέρνουν αντιμέτωπη με τη κατάθλιψη . Η παρούσα μελέτη εξετάζει την κατάθλιψη στην εμμηνόπαυση και τις ψυχολογικές διαταραχές στη ζωή μιας γυναίκας , ένα θέμα που είναι γνωστό στους ειδικούς αλλά άγνωστο στις γυναίκες που το βιώνουν.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να διερευνηθούν οι παράγοντες που σχετίζονται με τη Κατάθλιψη κατά την Εμμηνόπαυση και οι τρόποι αντιμετώπισης της .

Υλικό και Μέθοδος: Η αναζήτηση της βιβλιογραφίας έγινε το χρονικό διάστημα Ιανουαρίου μέχρι Μάρτιο του 2021 , στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων PubMed , CINAHL και Cochrane , με λέξεις κλειδιά και μετά από συστηματική αξιολόγηση συμπεριλήφθηκαν 10 ερευνητικές μελέτες .

Αποτελέσματα: Η αναζήτηση κατέληξε σε 10 μελέτες όπου έδειξαν πως κατά την εμμηνόπαυση συμπεριλαμβανομένου και των σταδίων της εμμηνόπαυσης , σηματοδοτείται κίνδυνος για τη γυναίκα να βιώσει κατάθλιψη αναλόγως και τις συνθήκες που βιώνει μια γυναίκα . Οι μελέτες που αναλύθηκαν έδειξαν ξεχωριστά πιο στάδιο της εμμηνόπαυσης η γυναίκα είναι πιο επιρρεπής να διαγνωστεί με κατάθλιψη , τους παράγοντες και τρόπους αντιμετώπισης της κατάθλιψης στην εμμηνόπαυση .

Συμπεράσματα: Η γυναίκα είναι επιρρεπής στην κατάθλιψη κατά εμμηνόπαυση , εάν υπάρχουν επιβαρυντικοί παράγοντες όπως οι ορμονικοί παράγοντες , δείκτης μάζας σώματος , ιστορικό κατάθλιψης και χρήση φαρμάκων κλπ . Έχει διαφανεί ότι υπάρχουν τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης .

Λέξεις-κλειδιά: “Menopause” , “Menopause transition” , “Depression” , “Major Depression” , “Mental Health” , “ Psychological effect”

ABSTRACT

Introduction: Menopause is a natural development in the life of women, though, it can transform in a dramatic experience. Every experience that a woman goes through, causes fluctuations in her life and her hormones. As a result, those experiences operate simultaneously, interconnect and sometimes women come across depression. The present study examines depression in menopause and the psychological disorders in the life of woman. A subject which is known to expert but unknown to women who experience it.

Purpose: The propose of the present study is to investigate the factors that are associated with depression during menopause and the ways of treatment.

Material and Method: The research of bibliography was made between January and March of 2021 on the electronic data bases PubMed, CINAHL and Cochrane with keywords, and after systematic evaluation 10 research studies were included.

Results: The research resulted in 10 studies where they showed that during menopause, including the stages of menopause, a risk signaled for the woman to experience depression depending on the conditions experienced by woman. The studies analyzed separately showed more stages of menopause a woman is more prone to being diagnosed with depression, factors, and ways of treating depression in menopause.

Conclusions: Woman are prone to depression during to menopause. If aggravating factors exist, such as m harmonic factors, body-mass indicator, history of depression, use of drugs etc.

Keywords: “Menopause”, “Menopause transition”, “Depression”, “Major Depression”, “Mental Health”, “Psychological effect”