

视译 - 青少年抑郁

悲伤和不快是人类的普通情感，特别是在面对令人难过的情形时更是会出现这种反应。对于青少年来说，这类情形包括至亲故去、离婚、朋友搬家、难以适应学校生活或者在社交方面有困难。然而，有些负面情绪与事情的严重程度不成比例，或者持续时间大大超过了预期，甚至影响每日的日常正常时，就可能是患上了抑郁症。

约 2% 的儿童及 5% 的青少年发生抑郁症。医师尚无法确定引起抑郁症的确切病因，但是这一心理疾病可能涉及脑内的异常化学反应。某些患抑郁症的倾向是可遗传的。此外，内科疾病也有可能是引起抑郁症的病因，例如甲状腺功能低下或药物滥用。

患者通常对可以使他们愉快的活动失去兴趣，如体育运动、看电视、玩游戏或和朋友一起玩耍，甚至表现出强烈的厌烦感。此外，许多此类儿童会陈述身体问题，如肚子痛或头痛。

治疗取决于症状的严重程度。有自杀心理的青少年患者应由经验丰富的心理医生密切监督。如果自杀风险非常高，则需住院以保障安全。对于多数青少年，心理治疗联合药物比单一手段治疗更加有效。但对于年幼儿童，建议首先尝试单独进行心理治疗，如有必要再考虑使用药物。