# RỐI LOẠN TRẦM CẢM

## Rối loạn điều hòa khí sắc ( Disruptive mood dysregulayion Disorder)

Mã số: 296.99 (F34.8)

1. Các cơn bùng nổ cảm xúc trầm trọngtái diễn dai dẳng, thể hiện dưới dạng ngôn ngữ (ví dụ cơn giận dữ) và /hoặc hành vi (ví dụ, xâm hại người khác hoặc phá hoại tài sản) hoàn toàn không tương thích với hoàn cảnh hoặc cường độ kích thích.
2. Các cơn bùng nổ không tương thích với mức độ phát triển.
3. Các cơn bùng nổ xuất hiện trung bình khoảng 3 lần (hoặc hơn) trong một tuần.
4. Giữa 2 lần bùng nổ, khí sắc thường là trạng thái kích thích hoặc bực bội, kéo dài dai dẳng, gần như suốt ngày, hầu như ngày nào cũng trong tình trạng như vậy. Người xung quanh (ví dụ, cha mẹ, giáo viên, bạn bè) đều dễ dàng nhận thấy tình trạng này.
5. Những biểu hiện như trong tiêu chuẩn A-D kéo dài ít nhất 12 tháng. Trong khoảng thời gian này, không có giai đoạn nào kéo dài đến 3 tháng mà không có bất kì một triệu chứng nào trong các tiêu chuẩn A-D.
6. Tiêu chuẩn A và D phải xuất hiện trong 2 (hoặc nhiều hơn) hoàn cảnh (ví dụ, ở nhà, ở trường học, với bạn bè), mức độ nặng thể hiện ở ít nhất trong một hoàn cảnh.
7. Chẩn đoán lần đầu được đưa ra trước 6 tuổi hoặc sau 18 tuổi.
8. Trong tiền sử hoặc đã được quan sát thấy các triệu chứng trong tiêu chuẩn A- E khởi phát trước 10 tuổi.
9. Không có một khoảng thời gian nào kéo dài đến 1 tháng (hoặc hơn), trong đó có đủ các tiêu chuẩn, trừ tiêu chuẩn thời gian, đáp ứng chẩn đoán giai đoạn hưng cảm hoặc hưng cảm nhẹ. Chú ý: không nên xem những biểu hiện cảm xúc theo lứa tuổi, ví dụ, những cảm xúc liên quan đến một sự kiện gây nhiều cảm xúc tích cực hoặc chờ đợi nó, là những triệu chứng của hưng cảm hoặc hưng cảm nhẹ.
10. Các hành vi không xuất hiện chỉ trong giai đoạn rối loạn trầm cảm chủ yếu và không thể được giải thích tốt hơn bởi một rối loạn tâm thần khác (ví dụ, rối loạn phổ tự kỉ, PTSD, rối loạn lo âu chia tách, rối loạn trầm cảm dai dẳng/loạn khí sắc).

Chú ý: Chẩn đoán không được đặt ra đồng thời với rối loạn hành vi chống đối, rối loạn bùng nổ từng cơn, hoặc rối loạn lưỡng cực, mặc dù có thể nó đi cùng với các chẩn đoán khác, trong đó có rối loạn trầm cảm chủ yếu, tăng động/giảm chú ý, rối loạn hành vi đạo đức (conduct disorder) và rối loạn sử dụng chất. Những người có các triệu chứng đáp ứng tiêu chuẩn cả hai chẩn đoán: rối loạn điều hòa khí sắc và rối loạn hành vi chống đối thì chỉ đưa ra chẩn đoán rối loạn điều hòa khí sắc. Nếu cá nhân đã từng có giai đoạn hưng cảm hoặc hưng cảm nhẹ thì không nên ấn định rối loạn điều hòa khí sắc.

1. Các triệu chứng không phải là do tác dụng sinh lí của một chất hoặc một bệnh cơ thể hay bệnh thần kinh khác.

Chẩn đoán phân biệt:

* Rối loạn lưỡng cực
* Rối loạn hành vi chống đối
* ADHD, rối loạn trầm cảm chủ yếu, các rối loạn lo âu, rối loạn phổ tự kỉ
* Rối loạn bùng nổ từng cơn.

## Rối loạn trầm cảm chủ yếu (Major Depressive Disorder)

1. Năm (hoặc hơn) trong số các triệu chứng sau được biểu hiện trong thời gian 2 tuần và biểu hiện một số sự thay đổi mức độ chức năng trước đây, có ít nhất 1 trong các triệu chứng hoặc là (1) khí sắc giảm, hoặc là (2) mất thích thú/sở thích. Ghi chú : Không bao gồm các triệu chứng là hậu quả rõ ràng của bệnh cơ thể hoặc hoang tưởng hoặc ảo giác không phù hợp với khí sắc.
   1. Khí sắc giảm ở phần lớn thời gian trong ngày, hầu như hằng ngày, nhận biết hoặc bởi chính bệnh nhân (ví dụ: cảm giác buồn hoặc cảm xúc trống rỗng) hoặc được quan sát bởi người khác (ví dụ: thấy bệnh nhân khóc). Ghi chú: ở trẻ em và vị thành niên khí sắc có thể bị kích thích.
   2. Giảm sút rõ ràng các thích thú/sở thích ở tất cả hoặc hầu như tất cả các hoạt động, có phần lớn thời gian trong ngày, hầu như hằng ngày (được chỉ ra hoặc bởi bệnh nhân, hoặc từ sự quan sát của người khác).
   3. Giảm cân rõ ràng, cả khi không ăn kiêng, hoặc tăng cân (ví dụ: thay đổi hơn 5% trọng lượng cơ thể trong một tháng), giảm hoặc tăng cảm giác ngon miệng hầu như hằng ngày. Lưu ý: trẻ em mất khả năng đạt được cân nặng cần thiết.
   4. Mất ngủ hoặc ngủ nhiều hầu như hằng ngày.
   5. Kích động hoặc vận động tâm thần chậm hầu như hằng ngày (được quan sát bởi người khác, không chỉ cảm giác của bệnh nhân là không yên tĩnh hoặc chậm chạp).
   6. Mệt mỏi hoặc mất năng lượng hầu như hằng ngày.
   7. Cảm giác vô dụng hoặc tội lỗi quá mức (có thể là hoang tưởng) hầu như hằ ng ngày (không chỉ là tự khiểm trách hoặc kết tội liên quan đến các vấn đề mắc phải).
   8. Giảm khả năng suy nghĩ, tập trung chú ý hoặc khó đưa ra quyết định hầu như

hằng ngày (bệnh nhân tự thấy, hoặc người khác nhận thấy).

* 1. Ý nghĩ tiếp tục về cái chết (không chỉ là sợ chết), ý định tự sát tái diễn không có một kế hoạch trước, một hành vi tự sát hoặc một kế hoạch cụ thể để tự sát thành công.

1. Các triệu chứng không thoả mãn cho một giai đoạn hỗn hợp.
2. Các triệu chứng được biểu hiện rõ ràng, là nguyên nhân ảnh hưởng đến các

lĩnh vực xã hội, nghề nghiệp hoặc trong các lĩnh vực quan trọng khác.

1. Các triệu chứng không phải là hậu quả sinh lí trực tiếp của một chất (ví dụ:

ma tuý, thuốc) hoặc do một bệnh cơ thể (ví dụ: bệnh nhược giáp).

1. Các triệu chứng không được giải thích tốt bởi có tang, nghĩa là sau khi mất người thân, các triệu chứng bền vững hơn 2 tháng, được đặc trưng bởi rối loạn chức năng rõ ràng, có ý nghĩ mình là vô dụng, ý tưởng tự sát, các triệu chứng loạn thần hoặc vận động tâm thần chậm.

*Chẩn đoán phân biệt:*

* Giai đoạn hưng cảm kèm theo những phản ứng cáu gắt (prominent irritable) hoặc pha hỗn hợp.
* Rối loạn khí sắc do một bệnh cơ thể khác.
* Rối loạn trầm cảm do một chất/thuốc hoặc rối loạn lưỡng cực.
* Rối loạn tăng động/ giảm chú ý.
* Rối loạn thích ứng có khí sắc trầm cảm.

## Rối loạn trầm cảm dai dẳng (loạn khí sắc) (Persistent Depressive

**Disorder/Dysthymia)**

1. Khí sắc giảm trong phần lớn của ngày, nhiều ngày có hơn là ngày không, được bệnh nhân nhận thấy hoặc được quan sát bởi người khác trong thời gian ít nhất 2 năm. Lưu ý: ở trẻ em và vị thành niên khí sắc có thể là bị kích thích và thời gian cần ít nhất là 1 năm.
2. Biểu hiện trong thời gian trầm cảm 2 hoặc hơn các triệu chứng sau:
   1. Giảm cảm giác ngon miệng hoặc ăn quá nhiều.
   2. Ít ngủ hoặc ngủ nhiều.
   3. Giảm năng lượng và mệt mỏi.
   4. Tự tin giảm.
   5. Giảm khả năng tập trung hoặc khó quyết định.
   6. Cảm giác tuyệt vọng.
3. Trong giai đoạn kéo dài 2 năm (một năm cho trẻ em hoặc vị thành niên) bệnh nhân không bao giờ không có các triệu chứng thoả mãn tiêu chuẩn A và B trong thời gian kéo dài hơn 2 tháng, mỗi lần.
4. Không một giai đoạn trầm cảm nào biểu hiện trong thời gian 2 năm đầu của tổn thương (một năm cho trẻ em và vị thành niên), nghĩa là bệnh không được giải thích tốt hơn bởi rối loạn trầm cảm chủ yếu mãn tính hoặc rối loạn trầm cảm chủ yếu có lui bệnh một phần. Lưu ý: có thể có một giai đoạn trầm cảm chủ yếu trước đó với điều kiện đã có lui bệnh hoàn toàn (không có các dấu hiệu và triệu chứng trong vòng 2 tháng) trước khi xuất hiện rối loạn khí sắc. Ngoài ra, sau 2 năm đầu (một năm với trẻ em và vị thành niên) của rối loạn khí sắc, có thể có các giai đoạn trầm cảm chủ yếu, trong trường hợp này, sẽ được đặt cả 2 chẩn đoán khi thoả mãn các tiêu chuẩn cho giai đoạn trầm cảm chủ yếu.
5. Không bao giờ có một giai đoạn hưng cảm, pha trộn hoặc hưng cảm nhẹ và không bao giờ thoả mãn các tiêu chuẩn cho rối loạn khí sắc chu kì.
6. Rối loạn không xuất hiện trong phạm vi một loạn thần mạn tính như TTPL

hoặc rối loạn hoang tưởng.

1. Rối loạn không phải là kết quả sinh lí trực tiếp của một chất (ví dụ ma tuý, thuốc) hoặc một bệnh cơ thể (ví dụ nhược giáp).
2. Các triệu chứng là nguyên nhân ảnh hưởng lâm sàng rõ ràng trong các lĩnh vực xã hội, nghề nghiệp hoặc trong các lĩnh vực chức năng quan trọng khác. *Được biệt định nếu như* :

* Khởi phát sớm: nếu khởi phát xuất hiện trước năm 21 tuổi.
* Khởi phát muộn: nếu khởi phát ở tuổi 21 hoặc muộn hơn.
* Có yếu tố không đặc trưng.

*Chẩn đoán phân biệt:*

* Chẩn đoán phân biệt giữa loạn khí sắc và rối loạn trầm cảm chủ yếu là rất khó do thực tế là cả 2 rối loạn có triệu chứng giống nhau nhưng sự khác biệt giữa chúng ở giai đoạn khởi phát, độ dài, độ bền và mức độ nặng không dễ đánh giá hồi cứu.

Rối loạn trầm cảm chủ yếu được xác định từ một hoặc nhiều giai đoạn trầm cảm chủ yếu riêng rẽ có các giai đoạn lui bệnh giữa các cơn trầm cảm chủ yếu, trong khi loạn khí sắc được đặc trưng bởi các triệu chứng trầm cảm nhẹ và biểu hiện liên tục trong nhiều năm.

* Các triệu chứng trầm cảm có thể là một yếu tố phối hợp thường xuyên của rối loạn tâm thần mạn tính (ví dụ của rối loạn phân liệt cảm xúc, TTPL, rối loạn hoang tưởng). Một chẩn đoán riêng rẽ rối loạn khí sắc không đặt ra nếu như các triệu chứng xuất hiện chỉ trong phạm vi của RLTT (bao gồm cả pha di chứng).

- Rối loạn khí sắc cần được phân biệt với rối loạn cảm xúc do một bệnh cơ thể. Chẩn đoán là rối loạn cảm xúc do bệnh cơ thể, có yếu tố trầm cảm, nếu như các

rối loạn cảm xúc được coi là kết quả sinh lí trực tiếp của bệnh cơ thể, thường là bệnh mãn tính (vữa xơ động mạch). Điểm nhấn mạnh này được đặt cơ sở trên tiền sử, số liệu cận lâm sàng, khám cơ thể.

* Một rối loạn cảm xúc tạo ra bởi một chất được phân biệt với rối loạn khí sắc từ thực tế là bệnh nhân có sử dụng một chất (ví dụ ma tuý, thuốc hoặc chất độc) được coi là bệnh sinh trong liên quan với rối loạn cảm xúc.
* Bệnh nhân loạn khí sắc thường có rối loạn nhân cách phối hợp. Khi bảng lâm sàng của một bệnh nhân thoả mãn các tiêu chuẩn cho cả rối loạn khí sắc và rối loạn nhân cách, cả 2 chẩn đoán đều được đặt ra.

## Rối loạn cảm xúc tiền kinh nguyệt (Premenstrual Dysphoric Disorder)

Mã số: 625.4 (N94.3)

1. Trong phần lớn các chu kì kinh nguyệt, ít nhất có 5 triệu chứng xuất hiện trong tuần cuối của chu kì, khá lên trong vài ngày sau khi hành kinh và ở mức độ tối thiểu hoặc hết các triệu chứng ở tuần sau hành kinh.
2. Có 1 (hoặc nhiều hơn) trong số các triệu chứng dưới đây:
   1. Cảm xúc dao động đáng kể (ví dụ, thay đổi tâm trạng nhanh, đột nhiên cảm thấy buồn, tăng nhạy cảm với những từ chối).
   2. Tăng kích thích hoặc tăng xung đột với người khác.
   3. Khí sắc trầm rõ rệt, cảm giác vô vọng hoặc những ý nghĩ chống lại chính mình.
   4. Tâm trạng lo âu, căng thẳng rõ rệt và/hoặc cảm giác bị kích động (being keyed up ) hoặc nguy khốn(on edge).
3. Cần phải có thêm ít nhất 1 trong số các triệu chứng dưới đây, kết hợp với 4 triệu chứng ở tiêu chuẩn B để cho đủ ít nhất 5 triệu chứng:
   1. Giảm hứng thú đối với các hoạt động thường ngày (ví dụ, làm việc, học tập, gặp gỡ bạn bè, những sở thích cá nhân).
   2. Cảm thấy khó tập trung.
   3. Trạng thái bơ phờ, dễ mệt mỏi hoặc thiếu năng lượng rõ rệt.
   4. Thay đổi rõ rệt về khẩu vị; ăn nhiều hoặc quá thèm một loại thức ăn nào đó.
   5. Ngủ nhiều hoặc mất ngủ.
   6. Cảm giác bị vùi dập hoặc mất kiểm soát.
   7. Các triệu chứng cơ thể như: vú bị mềm nhẽo hoặc căng lên;kết hợp với hoặc

đau cơ hoặc tăng cân.

Chú ý: các triệu chứng trong tiêu chuẩn A-C phải xuất hiện trong phần lớn các chu kì kinh nguyệt trong năm vừa qua.

1. Các triệu chứng liên quan rõ rệt với đau khổ (distress) hoặc gây cản trởcông việc, học tập, các hoạt động xã hội thông thường hoặc mối quan hệ với những người khác (ví dụ, né tránh các hoạt động xã hội, giảm năng suất và hiệu quả lao động, học tập hoặc ở nhà).
2. Rối loạn không chỉ đơn thuần là sự trầm trọng thêm các triệu chứng của một rối loạn khác, dạng như rối loạn trầm cảm chủ yếu, rối loạn hoảng sợ, rối loạn

trầm cảm dai dẳng (loạn khí sắc) hoặc rối loạn nhân cách (mặc dù nó có thể xuất hiện cùng với những rối loạn này).

1. Tiêu chuẩn A phải được qua theo dõi liên tục hằng ngày trong ít nhất là 2 chu kì liên tiếp (Chú ý: chẩn đoán được đặt là tạm thời trước khi có sự khẳng định như trên).
2. Các triệu chứng không thể quy cho hậu quả sinh lí của việc sử dụng chất (ví dụ, lạm dụng matúy, thuốc hoặc các liệu pháp khác) hoặc do một bệnh cơ thể khác (ví dụ, cường giáp).

## Rối loạn trầm cảm do một bệnh cơ thể

1. Một giai đoạn nổi lên trong bệnh cảnh lâm sàng là khí sắc trầm kéo dài hoặc giảm đáng kể hứng thú và/hoặc hoặc các giải trí hoạt động .
2. Trong tiền sử, kết quả thăm khám hoặc các xét nghiệm có bằng chứng cho thấy rối loạn là hậu quả sinh lí bệnh trực tiếp của một bệnh cơ thể khác.
3. Rối loạn này không được giải thích tốt hơn bởi một RLTT khác (ví dụ: rối loạn thích ứng có khí sắc trầm cảm, trong đó tác nhân gây stress là một bệnh cơ thể nặng).
4. Rối loạn không xuất hiệnchỉ ở trong trạng thái sảng.
5. Rối loạn gây ra những đau khổ (distress) đáng kể về lâm sàng hoặc làm tổn thiệt đến các chức năng về xã hội, nghề nghiệp hay các lĩnh vực quan trọng khác.