



La depressione post partum

Data 14 luglio 2011
Categoria psichiatria_psicologia

Una breve sintesi sulla diagnosi e sul trattamento della depressione post partum.

Cos'è la depressione post partum?

La depressione post partum è una sindrome depressiva che compare dopo il parto.

Colpisce circa il 13% delle donne dopo la maternità e può comportare sintomi importanti a carico della donna che impattano negativamente sulla sua qualità di vita e sulle dinamiche familiari. Inoltre può essere alla base di comportamenti pericolosi (suicidio ed infanticidio), come anche recenti episodi di cronaca hanno evidenziato.

Quali sono le cause della depressione post partum?

La causa non è nota. Tuttavia sono stati rilevati numerosi fattori di rischio: depressione o ansia importante durante la gravidanza, anamnesi personale positiva per depressione maggiore o disordine disforico premestruale, mancanza di aiuti e supporti psicologici, economici e sociali, problemi coniugali, giovane età della madre, basso stato socioeconomico.

Sono state rilevate anche altre condizioni che possono aggravare o scatenare la depressione, come per esempio ipotiroidismo post partum, tireopatie autoimmuni, insonnia, difficoltà di vita.

Quando pensare ad una depressione post partum?

Una depressione post partum deve essere sospettata in presenza di sintomi come ansia, insonnia, insoddisfazione, tristezza, anedonia, agitazione psicomotoria, riduzione della concentrazione, incapacità a portare a termine un lavoro, etc. Particolare attenzione il medico deve porre alla valutazione dei fattori di rischio prima ricordati.

Tuttavia spesso la depressione post partum non viene diagnosticata, per cui può essere ragionevole ricorrere ad uno screening in tutte le donne che hanno appena partorito. Lo screening può essere facilitato dall'uso di particolari questionari. Il più usato è quello che va sotto il nome di Edinburgh Postnatal Depression Scale, un questionario a dieci voci che può essere somministrato dal medico o autosomministrato dalla paziente.

E' uno strumento veloce e di facile uso che può essere usato anche in un setting di cure primarie.

Dati i potenziali gravi rischi sia per la madre che per il bambino una diagnosi precoce è utile e auspicabile.

Come si cura la depressione post partum?

La cura si basa sulla psicoterapia e sugli antidepressivi.

E' importante inoltre, dove possibile, implementare supporti ed aiuti di tipo psicologico e sociale, con il coinvolgimento di familiari ed assistenti sociali, specialmente nei casi in cui tali supporti siano carenti.

Il trattamento farmacologico si basa sugli antidepressivi SSRI. Il farmaco antidepressivo consigliato per le donne che allattano è la sertralina.

Il contemporaneo trattamento di condizioni patologiche associate come per esempio l'ipotiroidismo o l'insonnia.

Alcuni consigliano anche il massaggio della donna da parte del partner per almeno 20 minuti per due o più volte alla settimana così come il massaggio del bambino da parte della madre.

Viene raccomandato anche una regolare attività fisica di tipo aerobico.

Considerati i rischi reali che può comportare è consigliabile che il medico curante, per la gestione della depressione post partum, si avvalga della supervisione e della collaborazione specialistica.

Renato Rossi