



EDA

European Depression Association

Headquarters: Avenue des Volontaires, 19 - 1160 Bruxelles - Belgium
tel.: 0032 27342980 - e-mail: info@europeandepressionday.eu
web site: www.europeandepressionday.eu

Secretariat: Piazza Portici, 11 - 25050 Provaglio d'Iseo (BS) - Italy
fax: 0039 0309882061 - e-mail: dr.tavormina.g@libero.it

[European Depression Day 2021](#) :

The overcoming of Depression in time of pandemic

3rd October 2021

ITALIAN

In questo periodo di pandemia da Covid, a causa delle restrizioni e limitazioni conseguenti al rischio di contagio, i casi di depressione sono stati in aumento soprattutto in coloro che non si erano mai curati in precedenza. E' emerso proprio quello che viene definito un "*Disadattamento ad evento stressante protratto*".

Una ricerca scientifica dello scorso anno (Benedetti F: "Brain, Behavior and Immunity" - 2020) condotta su 226 pazienti ha rilevato che *la depressione era strettamente legata all'intensità dello stato infiammatorio sistemico post Covid*, anche dopo mesi dalla guarigione. I dati raccolti confermano la stretta relazione tra risposta del sistema immunitario, stato infiammatorio e persistenza dei sintomi depressivi: le citochine infiammatorie sono più alte nel sangue dei depressi e l'infiammazione riduce la serotonina nel sangue con rischio di depressione.

La depressione e i disturbi dell'umore nel suo complesso sono delle malattie molto diffuse, poco riconosciute, mal diagnosticate, spesso poco o mal curate: sono subdole e si infiltrano nella vita quotidiana di chi ne soffre senza farsi riconoscere.

Il tema della Giornata sulla Depressione di questo anno 2021 è proprio "*La Depressione sotto la pressione del Covid*": durante i nostri eventi approfondiremo queste tematiche.

Giuseppe Tavormina - Vincenzo Costigliola

ENGLISH

During this Covid pandemic period, due to the restrictions and limitations resulting from the risk of contagion, cases of depression are increasing especially in those who had never previously treated themselves. Precisely what is called a "*Maladaptation to a protracted stressful event*" has emerged.

A scientific research last year (Benedetti F: "Brain, Behavior and Immunity" - 2020) conducted on 226 patients found that depression was closely linked to the intensity of the post-Covid systemic inflammatory state, even months after recovery. The data collected confirm the close relationship between immune system response, inflammatory state and persistence of depressive symptoms: inflammatory cytokines are higher in the blood of depressed and inflammation reduces serotonin in the blood with risk of depression.

Depression and mood disorders as a whole are widespread diseases, poorly recognized, misdiagnosed, often poorly or badly treated: they are devious and infiltrate the daily life of those who suffer from it without being recognized.

The theme of the Depression Day of this year 2021 is precisely "*The overcome of depression in time of pandemic*": during our events we will delve into these issues.

Angie Cucchi – Anton Grech - Anne-Frederique Naviaux

FRENCH

En cette période de pandémie de Covid, en raison des restrictions et limitations résultant du risque de contagion, les cas de dépression se multiplient surtout chez ceux qui ne s'étaient jamais soignés auparavant. Plus précisément ce qu'on appelle un « *Défaut d'adaptation à un événement stressant prolongé* » a émergé.

Une étude scientifique faite l'année dernière (Benedetti F : "Brain, Behavior and Immunity" - 2020) menée sur 226 patients a révélé que la dépression était étroitement liée à l'intensité de l'état inflammatoire systémique post-Covid, même des mois après la guérison. Les données recueillies confirment la relation étroite entre réponse du système immunitaire, état inflammatoire et persistance des symptômes dépressifs : les cytokines inflammatoires sont plus élevées dans le sang des déprimés et l'inflammation réduit la sérotonine dans le sang avec risque de dépression.

La dépression et les troubles de l'humeur dans leur ensemble sont des maladies répandues, mal reconnues, mal diagnostiquées, souvent mal ou mal traitées : elles sont sournoises et infiltrent le quotidien de ceux qui en souffrent sans être reconnues. Le thème de la Journée de la Dépression de cette année 2021 est précisément « *Vouloir vaincre la dépression en temps de pandémie* » : lors de nos événements, nous approfondirons ces questions.

Nicolas Zdanowicz - Juan Tecco

GERMAN

In diesem durch die Covid-19-Pandemie gezeichneten Zeitabschnitt hat es während der Massnahmen zur Eindämmung der Ansteckung vor allem als Neuerkrankungen mehr Fälle von

Depression gegeben. Es traten einschlägige “*Fehlanpassungen an Stress mit sich bringende anhaltende Ereignisse*” auf.

Eine Studie zu 226 Patienten aus dem letzten Jahr von Francesco Benedetti in “Brain, Behavior and Immunity” - 2020) hat allerdings auch ergeben, dass noch Monate nach der Genesung *die Depression eng mit der Stärke der Ganzkörper-Entzündung nach Covid-19 verbunden war*. Diese erhobenen Daten bestätigen die enge Beziehung zwischen Antwort des Abwehrsystems, Entzündungszustand und dem Andauern depressiver Symptome: die entzündenden Zytokin-Verbindungen sind im Blut der Deprimierten erhöht und die Entzündung senkt den Botenstoff Serotonin im Blutserum, wodurch das Depressions-Risiko ansteigt.

Die Depression und die anderen Gemütsleiden sind in der Bevölkerung stark verbreitete Krankheiten, die zu wenig erkannt, schlecht diagnostiziert und oft unzureichend oder schlecht behandelt werden: Sie treten oft tückisch auf indem sie sich unerkant in den Alltag einschleichen .

Das Thema zum Depressions-Tag dieses Jahres 2021 ist daher auch “*Die Depressione unter dem Druck von Covid-19*”: während unserer Veranstaltungen werden wir dieses Thema vertiefen.

Detlef Dietrich - Gottfried Treviranus - Alexander Karabatsiakis

SPANISH

Durante este período de la pandemia de Covid, debido a las restricciones y limitaciones derivadas del riesgo de contagio, los casos de depresión están aumentando especialmente en aquellos que nunca antes se habían tratado a sí mismos. Precisamente ha surgido lo que se llama una "mala adaptación a un evento estresante prolongado".

Una investigación científica del año pasado (Benedetti F: "Cerebro, comportamiento e inmunidad" - 2020) realizada en 226 pacientes encontró que la depresión estaba estrechamente relacionada con la intensidad del estado inflamatorio sistémico post-Covid, incluso meses después de la recuperación. Los datos recopilados confirman la estrecha relación entre la respuesta del sistema inmunológico, el estado inflamatorio y la persistencia de los síntomas depresivos: las citoquinas inflamatorias son más altas en la sangre de los deprimidos y la inflamación reduce la serotonina en la sangre con riesgo de depresión.

La depresión y los trastornos del estado de ánimo en su conjunto son enfermedades generalizadas, mal reconocidas, mal diagnosticadas, a menudo tratadas de forma incorrecta: son tortuosas y se infiltran en la vida cotidiana de quienes la padecen sin ser reconocidas.

El tema del Día de la Depresión de este año 2021 es precisamente "La superación de la depresión en tiempos de pandemia": durante nuestros eventos profundizaremos en estos temas.

Juan Mendive

PORTUGUESE

Durante o período pandémico produzido pelo COVID, devido às restrições e limitações resultantes do risco de contagio, aumentaram os casos de depressão, particularmente entre pessoas que nunca tinham

sido sujeitas a tratamento. O que se designa por “*Má adaptação a um evento stressante prolongado*” emergiu neste contexto

Numa investigação científica recente (Benedetti F: "Brain, Behavior and Immunity" - 2020) feita com 226 doentes verificou-se que a depressão estava estritamente associada com a intensidade do estado inflamatório sistémico pós COVID, mesmo meses depois da recuperação.

Estes dados confirmam a relação que existe entre resposta do sistema imunitário, estado inflamatório e persistência de sintomas depressivos: as citoquinas inflamatórias estão mais elevadas no sangue dos doentes deprimidos e a inflamação reduz a serotonina no sangue, aumentando o risco para a depressão.

A depressão e as perturbações do humor em geral são doenças generalizadas, deficientemente reconhecidas, mal diagnosticadas e muitas vezes insuficientemente ou incorretamente tratadas: são sinuosas e infiltram a vida diária dos que delas sofrem, sem serem reconhecidas.

O tema do Dia da Depressão de 2021 é precisamente “*Superar a depressão em tempos de pandemia*” onde estes temas serão aprofundados durante este evento.

Maria Luisa Figueira

CROATIAN

U ovom razdoblju pandemije Covid-a, zbog različitih ograničenja koja su posljedica rizika od zaraze, slučajevi depresije su u porastu, osobito kod onih koji se nikada prije nisu liječili. Pojavilo se ono što se naziva "neprilagođenost dugotrajnom stresu".

Prošlogodišnje znanstveno istraživanje (Benedetti F.: "Mozak, ponašanje i imunitet" - 2020.) provedeno na 226 pacijenata pokazalo je da je depresija usko povezana s intenzitetom sistemskog upalnog stanja nakon Covid-a, čak i nekoliko mjeseci nakon oporavka. Prikupljeni podaci potvrđuju blisku vezu između odgovora imunološkog sustava, upalnog stanja i postojanosti depresivnih simptoma. Upalni citokini su povišeni u krvi depresivnih osoba, a upala smanjuje razinu serotonina u krvi uz rizik pojave depresije.

Depresija i poremećaji raspoloženja u cjelini vrlo su česte bolesti, slabo prepoznate, pogrešno dijagnosticirane, često neadekvatno liječene. Često se postupno uvlače u svakodnevni život onih koji pate od njih, a da ih se ne prepozna.

Tema Dana depresije ove godine 2021. upravo je "Depresija u sjeni Covid pandemije". Tijekom naših aktivnosti proširit ćemo tu temu.

Ivan Urlic

RUSSIAN

В период пандемии COVID-19 и введения системы ограничительных мер, связанных с предупреждением распространения заболевания, участились случаи депрессии, особенно среди лиц, ранее не обращавшихся за психиатрической помощью. Произошло то, что называется дезадаптацией к затяжному стрессовому событию.

Научное исследование прошлого года, проведенное с участием 226 пациентов (Benedetti, F., Brain, Behavior and Immunity - Мозг, Поведение и Иммунитет - 2020), показало, что депрессия тесно связана с интенсивностью постковидного системного воспалительного процесса, который может наблюдаться даже спустя месяцы после выздоровления. Полученные данные

подтверждают тесную взаимосвязь между реагированием иммунной системы, воспалительным процессом и сохранением симптомов депрессии: анализы крови у лиц с депрессией выявляют повышенный уровень провоспалительных цитокинов, а процесс воспаления снижает уровень серотонина в крови, что приводит к повышению риска развития депрессии.

Депрессия и расстройства настроения, в целом, – это широко распространенные нарушения, которые до сих пор недостаточно распознаются, неточно и некорректно диагностируются, а также зачастую и в связи с выше перечисленными фактами некачественно лечатся. Депрессии коварны и глубоко проникают в повседневную жизнь страдающих от них людей, когда не обнаруживаются своевременно.

Тема Дня борьбы с депрессией в 2021 году: "Преодолевая депрессию в современном мире и в эпоху пандемии". Во время наших мероприятий мы будем подробно разбирать эти важные вопросы.

Дарья Смирнова (Daria Smirnova)

LATVIAN

Covid-19 pandēmija un tās ierobežojošie pasākumi, kas saistīti ar slimības izplatīšanās novēršanu, ir veicinājuši depresijas gadījumu skaita palielināšanos, īpaši to cilvēku vidū, kuri iepriekš nav meklējuši psihiatru palīdzību. Ir noticis tas, ko sauc par nepareizu pielāgošanos ilgstošai spriedzei.

Pagājušā gada pētījums, kurā piedalījās 226 pacienti (Benedetti, F., Brain, Behavior and Immunity Brain, Behavior and Immunity - 2020), parādīja, ka depresija ir cieši saistīta ar sistēmiskā iekaisuma procesa intensitāti saistībā ar COVID-19 infekciju, kas var pastāvēt pat vairākus mēnešus pēc atveseļošanās. Pētījuma rezultāti apstiprināja ciešu saikni starp imūno reakciju, iekaisumu un depresijas simptomu noturību - asins analīzes depresijas slimniekiem atklāja paaugstinātu iekaisuma marķieru jeb citokīnu līmeni, kas negatīvi ietekmēja serotonīna līmeni asinīs un palielināja depresijas risku.

Depresija un garastāvokļa traucējumi ir plaši izplatīti psihiskie traucējumi, kas joprojām ir nepietiekami labi atpazīti, turklāt bieži netiek atbilstoši ārstēti. Depresijas izpausmes, ja tās netiek savlaicīgi atklātas, dziļi iesakņojas to cilvēku ikdienas dzīvē.

2021. gada Depresijas dienas tēma ir "Depresijas pārvarēšana mūsdienu pasaulē un pandēmijas laikmetā". Mūsu pasākumu laikā mēs detalizēti apspriedīsim šos svarīgos jautājumus.

Jelena Vrublewska