

7 Generelle behandlingsprincipper

7.1 Behandlingsmål

Udgangspunktet for depressionsbehandling er en korrekt diagnose. Valget af behandling afhænger herefter af flere forhold, herunder patientens præferencer, depressionens varighed og sværhedsgrad, forskellige behandlingstilbuds tilgængelighed, patientens tidligere erfaringer med behandling og tilstedeværelse af eventuel comorbiditet og aktuelle psykosociale belastninger.

De overordnede mål med behandling af depression er at:

- Opnå remission, dvs. afkorte den enkelte depressive episode, opnå fuldstændig symptomfrihed og genvinde vanligt funktionsniveau
- Minimere de psykologiske lidelser og sociale konsekvenser af depressionen
- Forhindre selvmord
- Forebygge tilbagefald/recidiv.

Ud over de specifikke medicinske og psykologiske behandlingsformer, som omtales i de følgende kapitler, er det generelt af afgørende betydning at inddrage patienten og relevante pårørende i behandlingen. Oplysning om forhold som diagnose, symptomer, prognose og årsagsforhold samt behandlings- og forebyggelsesmuligheder anses i dag for at være et væsentligt element i en god depressionsbehandling. Oplysning og dialog kan i sig selv være med til at bedre sygdomserkendelse og -accept, styrke samarbejdet om behandlingen og bidrage til at mindske den følelsesmæssige belastning hos såvel patienten som patientens pårørende. Behandlerens støtte og vejledning kan desuden medvirke til, at patient og pårørende tilegner sig hensigtsmæssige strategier med henblik på at håndtere sygdomsperioderne og forebygge nye episoder⁵.

7.2 Behandlingsadhærens

Det er et velkendt og velbeskrevet problem, at den enkelte patient med depression ikke altid modtager en behandling, der er i overensstemmelse med den tilgængelige viden om god behandling af sygdommen. Samarbejdet mellem patient og behandler kan beskrives som behandlings*compliance* eller behandlingsadhærens. Adhærensbegrebet kan defineres som ”patientens accept af en rekommanderet sundhedsadfærd, herunder om patienten møder til behandling, er engageret i sund livsstil og følger den ordinerede behandling eller det råd, der er givet af sundhedspersonalet”^{5, 113}.