

Ældre mænd og depression af psykolog Hanne Jensen

Depression og alderdom er en farlig kombination. Og tilføjer vi manden, som køn, kan det blive en livsfarlig kombination.

Ældre mænd adskiller sig på en række punkter:

- Depression er mere udbredt blandt ældre mænd end blandt yngre.
- Ældre mænd har en markant højere selvmordsrisiko end ældre kvinder
- Mænd over 75 år har den højeste selvmordshyppighed.
- Selvmordsrisiko hos enkemænd er markant forhøjet de første 6 måneder efter ægtefælles død.
- 40% af ældre personer som begik selvmord, havde givet udtryk om dette til egen læge eller andet sundhedspersonale året før selvmordet fandt sted.
- Ældre mænd har sværere ved at håndtere tab af ægtefælle end ældre enker. Ældre mænds netværk er ofte spinkelt og de mangler nogen at dele sorgen med.
- Mænd generelt er underbehandlede for depressioner.
- Mænd er generelt underforbrugere af sundhedssektoren, og har en ringere pasning af medicinsk behandling. Dette gælder mænd i alle aldersgrupper – men mænd der er alene/enkemænd har formodentlig endnu sværere ved at gøre brug af systemet.
- Ældre der bor alene er i øget risiko for social isolering og ensomhed.
- Depression medfører en forringelse af sundhedsadfærd, og da ældre mennesker ofte har et mere skrøbeligt helbred øges risikoen for alvorlig sygdom og død.

Der er noget der tyder på at mænd generelt er underbehandlet for depression. For ældre mænd er dette ganske alvorligt, for 3-4 gange flere ældre mænd end ældre kvinder begår selvmord. På trods af den direkte sammenhæng mellem depression og selvmord, viser en ny dansk undersøgelse at kun få ældre, der begår selvmord, er i behandling med antidepressiver. Det ser altså ud til at ældre mænd, som har en depression, ikke bliver diagnosticeret og kommer i behandling, og at en del af disse mænd i stedet for selv ”mestrer” depressionen ved at begå selvmord. Hvorfor opdager vi ikke disse mænd? Et godt bud er at hele depressionens væsen er modstridende med typisk mandeadfærd, hvorfor mænd i mindre tilbøjelige til at vise de klassiske symptomer på depression. Og hos ældre kan der også være en tendens til at forveksle symptomer på depression med noget andet fx sorgreaktioner eller demens. Derfor kritiseres traditionelle depressionsskalaer da også for ikke at være tilstrækkelige, når det gælder diagnosticering af depression, da de udelader alders-specifikke symptomer og køns-specifikke symptomer i diagnostikken. Det kan også forklare hvorfor ældre mænd er særligt udsat for underdiagnosticering, da både alder og køn berører dem.