

## ***Findes der en særlig mandlig depression?***

**Svend Aage Madsen**

I kommunikationen med mandlige patienter kan det somme tider være svært at få snakket ordentligt om hvad problemet kan være. Man kan somme tider være i tvivl om, hvad den mandlige patient egentlig vil? Man kan have svært ved at finde ud af hvordan han egentlig har det.

Den mandlige patient er somme tider sendt af sin kone. Der er tale om lidt diffuse symptomer, hvor partneren peger på hans utilfredshed, manglende sexlyst, irritabilitet, manglende engagement osv. Mens han måske peger på søvnløshed.

Her kan det være vigtigt at overveje om der er nogle træk der kan pege på såkaldt ”mandlig depression” – der stadig er et omdiskuteret emne.

### **Symptomer på depression:**

- Nedsat stemningsleje
- Manglende glæde og interesse
- Uoverkommelighedfølelse og træthed
- Manglende koncentrationsevne
- Rådvildhed og uro
- Hæmning
- Nedsat selvværd og skyldfølelse
- Sortsyn
- Selvmordstanker

### **Symptomer på ”mandlig depression”:**

- Irritabilitet
- Rastløshed
- Aggressivitet
- Lav impuls kontrol
- Udbrændthed
- Diffus utilfredshed
- Destruktiv tankegang
- Lav stresstærskel
- Ubeslutsomhed
- Søvnløshed
- Kronisk træthed

### **Vigtige punkter at være opmærksom på:**

Mænds depressioner kan have en anden form end den, vi normalt kigger efter!

Manden ser ofte ikke sig selv som en der ”har psykiske problemer”!

Der skal arbejdes med nye veje i kommunikationen med mænd!

Tab af selvbestemmelse og handlemuligheder kan være en trussel for manden i forhold til sygdom.

Mænd kan have svært ved at bede om hjælp – mange mænd vil hellere have råd og så selv tage stilling.

Det er vigtigt at indarbejde mænds vanskeligheder ved at være væk fra arbejdet - og fra familien.

Lægen må indtænke patientens (mandens) og sit eget køn i kommunikationen.

Svend Aage Madsen, ph.d.  
Chefpsykolog, Rigshospitalet