

A tévé depresszióba dönt?

A tartalom elérési útvonala (URL):

[http://www.hazipatika.com/services/news/?nid=22113;
HPID=EB802AA4-6FA84F91-7E86F2B3-0483F03D](http://www.hazipatika.com/services/news/?nid=22113;HPID=EB802AA4-6FA84F91-7E86F2B3-0483F03D)

A sokat tévéző és videójátékozó kamaszoknál nagyobb eséllyel alakulnak ki depressziós tünetek a fiatal felnőttkor kezdetén - állítja a Archives of General Psychiatry lapban megjelent tanulmány.

A depresszió az egyik leggyakrabban előforduló pszichiátriai rendellenesség a világon, általában a kamaszkorban és fiatal felnőttkorban jelentkezik először. "A kamaszkorban kialakuló depresszió egy biopszichoszociális és többfaktorú folyamat, amire komoly befolyással vannak az öröklött tényezők, a kognitív sérülékenység, a stresszfactorok, a különféle kapcsolatok, valamint az egyéni személyiség jegyek. A különböző elektronikus médiumok (tévé, rádió, videó, videójáték) is nagy hatással lehetnek a depressziós tünetek kialakulására" - írják a cikk szerzői.

Dr. Brian A. Primack és kollégái a Pittsburgh Egyetemről összesen 4142 fiatalot vizsgáltak meg, akik 1995-ben még nem mutattak depressziós tüneteket. A fiataloknak ekkor egy kérdőívet kellett kitölteniük életmódbeli szokásaikról és arról, hogy naponta mennyi időt töltenek a tévé, számítógép, videó előtt. A heti átlag idő 5.68 óra volt, ami az alábbiak szerint oszlott meg a médiumok között: 2.3 óra televízió, 0.62 óra videó, 0.41 óra videójáték és 2.34 óra rádió.

A vizsgálatok után hét évvel már 308-an mutattak depressziós tüneteket. Ekkor a fiatalok átlagéletkora 21.8 év volt.

"Adataink szerint a depresszióra hajlamos önkéntesek azok közül kerültek ki, akik kamaszkorukban több időt töltöttek a televízió, és más elektronikus médiumok előtt, mint társaik" - nyilatkozta Dr. Primack. Érdekes módon ez főleg a férfiakra vonatkozik, nők esetében nem ilyen erős a média befolyása.

A szakértők szerint az elektronikus média sokféleképpen befolyásolhatja a depresszióra való hajlamot. A tévé előtt töltött idő szinte minden esetben a testedzés, illetve a szociális érintkezés rovására megy, pedig a társas kapcsolatok és a jó fizikai kondíció csökkenti a depressziós tünetek kialakulásának valószínűségét. Az elektronikus médiumok emellett megzavarhatják az alvásritmust is, ami igen fontos a normális kognitív és érzelmi fejlődéshez.

Animáció: HáziPatika.com

Forrás:
Medipress

Megjelent:
2009.02.04 13:10:01

A HáziPatika.com oldalain található információk, szolgáltatások nem helyettesíthetik szakember véleményét, ezért kérjük minden esetben forduljon szakorvoshoz! A kockázatokról és a mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

Copyright © 1999-2009 HáziPatika.com Kft. info@hazipatika.com