

# Wereldwijd het grootste gezondheidsprobleem: Depressie

The screenshot shows the homepage of the American Sentinel Tribune. At the top, there are navigation tabs for U.S., WORLD, OPINION, IN DEPTH, POLITICS, RELIGION, HISTORY, YOUTH, HUMAN RIGHTS, and ALL. Below this is a 'TRENDING TOPICS' section with images and titles for 'Bahrain Uprising', 'Saudi Uprising', 'MAGA', and 'Syria Crisis'. The main article is titled 'The Leading Health Problem Worldwide on the Rise: Depression' by Harun Yahya, dated June 01, 2017. The article features a large image of a person's face with the word 'DEPRESSION' overlaid. The text discusses the prevalence of depression, its effects on daily life, and its status as a global health crisis. A 'SPECIAL' section highlights 'KNOW THESE SIGNS OF A 'SILENT' HEART ATTACK' with a 'Learn More' link. On the right side, there is a 'RECOMMENDED' section with several smaller article thumbnails, including 'ALERT: Know These 3 Signs You'll Get Dementia', 'Mosul Authorities Ban Wearing of Full Veil, Burqa in Public', 'Bahrain - Paying the Price for Trump's Saudi Sales', 'The West's Ultimatum: Terrorism Vs. Development', 'Manchester Bombing: The Libyan Connection', 'Bahrain's Ayatollah Conundrum', 'Iraqi Forces Expand Control to Borders with Syria, Pushing to Enter Syria after Defeating...', and 'Mass Grave of Remains of 60 Civilians Including 23 Female Lawyers Found in Western...'.

Depressie is een wijdverspreide aandoening in de hedendaagse samenlevingen, en wordt de 'plaag van ons tijdperk' genoemd, door zijn destructieve kracht. Het schaadt zowel de geestelijke als de lichamelijke gezondheid van de persoon, het verstoort het werkleven en de sociale- en familie relaties. Het is een probleem dat het buitengewoon moeilijk maakt voor mensen om in het dagelijks leven te functioneren, van de voedings- en slaapgewoonten, tot aan werk en relaties. Het is een ziekte die leidt tot een psychologische instorting dat iedereen kan overkomen rijk en arm, onwetend en verlicht, jong en oud, mannen en vrouwen.

Depressie kan het leven in een nachtmerrie veranderen van een goed opgeleide, goed gehumeurde, optimistische, vriendelijke en mooie vrouw, die moeder van twee kinderen is, gerespecteerd wordt door haar familie en degenen om haar heen, kunst waardeert, spanning vermijdt, en alles heeft wat nodig is in haar leven.

Of het kan het leven totaal overhoop halen van een jonge zakenman die intelligent, succesvol, rijk, hardwerkend, ambitieus, carrière inzicht heeft, open-minded, gezonde sociale relaties heeft, veelzijdig is en regelmatig sport.

De meeste mensen denken misschien dat het onmogelijk is dat individuen met dergelijke gunstige kenmerken deze psychologische stoornis kunnen krijgen. In werkelijkheid is het heel goed mogelijk zulke mensen tegen te komen die aan een depressie lijden, en hun verhalen vertellen over hun ervaringen met deze stoornis.

Volgens een recent verslag van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) uit 2017 lijden 322 miljoen mensen wereldwijd aan een depressie, met andere woorden 4,4 procent van de wereldbevolking. Dit cijfer is significant, het betekent dat depressie wereldwijd de meest voorkomende ziekte is. Daarom staat de dag van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) van 7 april, in het teken van depressie om de ernst van dit probleem onder de aandacht te brengen.

Hierbij een aantal statistieke gegevens die belangrijk zijn om de omvang van het probleem te begrijpen. Depressie blijkt een stijgende trend te zijn over de hele wereld, ook in de meest moderne samenlevingen en ontwikkelde landen van onze tijd. Er werd zelfs een stijgingspercentage gemeten tussen 2005 en 2015 van 18,4%, wat een aanzienlijke stijging is. Depressie komt vaker voor bij vrouwen (5,1%) dan bij mannen (3,6%). Vrouwen worden meer beïnvloed door de negatieve gevolgen van deze ziekte. Bovendien hebben ouderen een sterk verhoogd risico op depressie dan jongeren; De meeste mensen die te kampen hebben met deze aandoening zitten in de leeftijdscategorie van 55-74 . Bovendien blijkt volgens het rapport dat depressieve stoornissen het grootste gezondheidsprobleem zijn, van de niet-dodelijke ziekten.

Daarnaast, is een andere alarmerende ontwikkeling de record toename van het gebruik van depressiva, en de stijgende trend deze medicijnen te gebruiken als onderdeel van een dagelijkse dieet. Volgens een studie uitgevoerd door het Amerikaanse National Center for Health Statistics (NCHS), wanneer de perioden tussen 1988-1994 en 2005-2008 worden vergeleken, is de toename van het gebruik van antidepressiva bij alle leeftijdsgroepen in de VS ongeveer 400%. Onder de meest gebruikte medicijnen in de VS staan antidepressiva bovenaan.

Depressie gaat vaak gepaard met gevoelens van verdriet, droefheid, ongemak, uitputting, onverschilligheid, rusteloosheid, wanhoop, hopeloosheid, zenuwachtigheid, spanning, leegheid, waardeloosheid en schuld gevoelens, overmatig piekeren, angst en ook verschillende fysieke stoornissen. De meest gevaarlijke onder deze is zonder twijfel de zelfmoord gedachte, die in latere stadia van de ziekte de geest van de patiënt in beslag neemt. De ernst van de situatie kan duidelijker worden begrepen, als we rekening houden met het feit dat miljoenen mensen elk jaar zelfmoord plegen, met als gevolg ongeveer 800.000 doden, en volgens het WHO-rapport, is depressie de belangrijkste oorzaak van zelfmoord gedachten.

In de strijd tegen depressie, kan regelmatige lichaamsbeweging, gezonde voeding, regelmatig slapen, positieve veranderingen in de levensstijl, antidepressivum drugsgebruik onder toezicht van een gespecialiseerde arts en een psychologische behandeling, tot op zekere hoogte nuttig zijn. Maar voor definitieve oplossing moeten de omstandigheden die de basis vormen voor depressie, worden geëlimineerd.

Tegenwoordig zijn samenlevingen onder invloed van een stricte, koude en liefdeloze sfeer. De meeste mensen hebben een enorme neiging tot egoïsme, ongevoeligheid, haat, onverdraagzaamheid, harteloosheid en moordende concurrentie. De meeste mensen handelen uit eigenbelang, en volgen niet hun geweten. Het resultaat van deze trend is onrust, verveling en spanning. Deze gevoelens zijn niet het soort gevoelens die het menselijk lichaam kan verdragen. Een stemming in tegenstelling tot de menselijke natuur veroorzaakt gezondheidsproblemen in de ziel, lichaam en geest. Met andere woorden, als mensen afstand nemen van liefde, morele en spirituele waarden, hebben ze meer kans op depressieve stoornissen en psychologische problemen. Het menselijke brein is van nature alleen tevreden als het goedheid, schoonheid en liefde natreft.

Een kind in nood gelukkig maken met een cadeau in plaats van hem te negeren, of een arme man helpen in plaats van onverschillig te zijn, zijn de ware bronnen van de meest prachtige vreugde en geluk. De menselijke ziel moet voortdurend gevoed worden met zelfopoffering, liefde, morele en spirituele schoonheid. In ieder opzicht kan alleen op deze manier een hoogwaardig leven worden bereikt. Een egocentrisch leven dat voortdurend wordt gedomineerd door woede en haat is niet hoe een echte leven zou moeten zijn. Men moet zich niet vergissen dat de meeste mensen deze fout maken. Mensen kunnen gemakkelijk liefde en vrede in hun hart laten overheersen. Het zijn niet de conflicten of tegenstellingen van de materialistische wereld die een superieure levensstijl voor de mensheid zullen brengen; Integendeel, het zijn de opofferingen die de mensen maken. Een samenleving die begrijpt dat de wereld niet een plek van conflict is, maar een plek voor liefde, zullen aandoeningen zoals depressies helemaal verdwijnen.

Adnan Oktar's artikel in American Herald Tribune & Riyadh Vision:

<http://ahtribune.com/world/1691-depression.html>

<http://www.riyadhvision.com.sa/2017/06/06/the-leading-health-problem-worldwide-on-the-rise-depression/>

**RiyadhVision**  
News and Views from Middle East

National > Middle East > World > Sport > Economy > Technology

June 6, 2017 : Columns

## The leading health problem worldwide on the rise: depression



By : Harun Yahya

Depression is a widespread disease in today's societies and is called the "plague of our age" due to its destructive power. Damaging the spiritual and physical health of the person, disturbing one's work life, social and familial relations, it is a problem that makes it extraordinarily difficult for people to function in daily life. It is a disturbance that negatively affects every aspect of one's life from thoughts to emotions and behaviors, nutrition to sleeping habits, and from work to relationships. It is a state of psychological collapse affecting everyone without distinguishing between rich or poor, ignorant or enlightened, young or old, men or women.

Depression can turn the life of a well-educated, good-humored, optimistic, kind and a beautiful woman who is a mother of two, respected by her family and those around her, who values art, avoids unrest, and who has everything she needs out of life, into a nightmare.

Or it can take the life of a young businessman who is intelligent, successful, rich, hardworking, ambitious, career-savvy, open-minded, strong in social relations, multi-faceted, and who regularly exercises, and turn it upside down.

Most people may think that it is impossible for individuals with such favorable attributes to suffer from such a psychological disorder. In reality, it is entirely possible to come across such people among those who suffer from depression and tell their stories about their experiences with the disorder.

According to a recent World Health Organization (WHO) report from 2017, 322 million people worldwide suffer from depression, in other words, 4.4 percent of the world population. This figure is so significant that it means depression is the most common disease of our world. That's why the WHO designated April 7 as World Health Day with depression being the theme of this year, to draw attention to the seriousness of the issue.

Again, some statistical data on the report is important in terms of understanding the magnitude of the issue. Depression seems to be a rising trend around the whole world, including the most modern societies and developed countries of our age. So much so that the rate of increase between 2005 and 2015 is 18.4%, which is a significant jump. Depression is more common among women (5.1%) than men (3.6%). Women are affected more by the negative consequences of this disease. Additionally, the incidence rate of this disease is higher in the elderly than in young people; the most affected people are between 55-74 age range. Again, according to the report, among the non-fatal diseases, the group of diseases causing the greatest loss of health is the depressive disorders.

In addition to this, another alarming development is the record increase in the use of depressants and the rising trend to consume these medicines as if they are a part of one's daily diet. According to a study conducted by the US National Center for Health Statistics (NCHS), when the periods between 1988-1994

<https://www.harunyahya.info/nl/artikelen/wereldwijd-het-grootste-gezondheidsprobleem-depressie>