

Zijn er verschillen in de risicofactoren van depressie gedurende de levensloop?

Risicofactoren voor het ontstaan van depressie komen niet op alle leeftijden even vaak voor. Zo is het te verwachten dat het hebben van een chronische ziekte (wat een risicofactor voor depressie is) relatief vaker voorkomt op oudere leeftijd. Als we op deze gedachte voortborduren, is het te verwachten dat de kans dat depressie een verband heeft met het hebben van een chronische ziekte, groter is bij ouderen. Er is echter ook een andere denkwijze mogelijk. In eerder onderzoek is het idee ontstaan dat risicofactoren van depressie vooral samenhangen met het ontstaan van depressie, wanneer men er op een onverwacht moment mee te maken krijgt. Als we chronische ziekten weer als voorbeeld nemen, is vanuit dit perspectief de gedachte dat vooral bij jongere mensen het hebben van een chronische ziekte sterk samenhangt met het ontstaan van depressie, omdat jongere mensen mentaal minder zijn voorbereid op een ziekte en dit dus waarschijnlijk minder verwachten. Op oudere leeftijd komt een chronische ziekte mogelijk minder als een verrassing, waardoor mensen mogelijk beter met de situatie om te kunnen gaan.

In ons onderzoek hebben wij voor een aantal risicofactoren gekeken naar twee kenmerken: 1) bij welke leeftijdsgroep komt een risicofactor het vaakst voor?, en 2) bij welke leeftijdsgroep hangt de risicofactor het sterkst samen met depressie? Om dit goed te kunnen onderzoeken, hebben we naast de gegevens van NESDO ook gebruik gemaakt van de gegevens uit het NESDA-onderzoek (leeftijdscategorie 18-65 jaar), zodat we mensen in de leeftijd van 18 tot en met 93 jaar konden bestuderen. We hebben naar de volgende categorieën risicofactoren gekeken: sociaal-economische status, negatieve levensgebeurtenissen, persoonlijkheidskenmerken, kenmerken van sociaal leven, leefstijl, en gezondheid.

Uiteindelijk kwamen er twee duidelijke boodschappen naar voren. Allereerst hebben we gevonden dat alle risicofactoren van depressie bij alle leeftijdsgroepen samenhangen met depressie, de risicofactoren zijn dus op elke leeftijd belangrijk voor het ontstaan van depressie. Ten tweede hebben we gevonden dat voor een aantal risicofactoren inderdaad geldt dat de samenhang met depressie sterker is op de leeftijd waarop de risicofactor het minst vaak voorkomt. Een laag inkomen kwam het vaakst voor in de jongste leeftijdsgroep (18 tot en met 39 jaar), maar liet de sterkste samenhang met depressie zien bij mensen van 60 jaar en ouder. Andersom vonden we dat een meer pijn, een hoger Body Mass Index (BMI), en een hoger aantal chronische ziekten vaker voorkwamen bij mensen van 60 jaar en ouder, maar dat de samenhang met depressie juist het sterkst was bij mensen van 18 tot en met 39 jaar. De overige onderzochte risicofactoren vertoonden bij alle leeftijdsgroepen (18 tot en met 39 jaar, 40 tot en met 59 jaar, en 60 jaar en ouder) een gelijkwaardige samenhang met depressie.

Wat we hieruit kunnen concluderen is dat alle onderzochte risicofactoren van depressie gedurende het hele leven belangrijk zijn, maar dat de invloed van deze risicofactoren in bepaalde gevallen zelfs nog sterker is wanneer het optreden van de risicofactor onverwacht is. Hierbij gaat het vooral om gezondheidsfactoren. In de praktijk zou het daarom verstandig zijn om bij het optreden van gezondheidsproblemen, zeker op jongere leeftijd, goede begeleiding te bieden in het omgaan met deze nieuwe situatie. Het is tevens belangrijk dat huisartsen en behandelaren geen risicofactoren over het hoofd zien wanneer zij denken dat deze risicofactoren minder relevant zijn in bepaalde leeftijdsgroepen.