



# Vinterdepresjon - mer enn biologi?

---

ARTIKKEL

HAAKENAASEN K

---

## Sammendrag

Vinterdepresjon er en ny diagnostisk kategori som i den senere tid har vært mye omtalt i mediene. Forskingen på området har en klar biologisk forankring, med referanse til begreper som døgnrytmeforstyrrelse, serotonerg ubalanse og lyseksposering. Artikkelen reiser tvil om den biologiske modellen er tilstrekkelig til å forstå lidelsens natur og årsaker. Psykologiske og psykodynamiske aspekter er ikke klarlagt, heller ikke avgrensningen mot andre depresjonsformer. Det fremsettes en hypotese om at diagnosen "vinterdepresjon" kan kamuflere andre diagnostiske tilstander hos individer med iboende psykologisk sårbarhet. I slike tilfeller vil psykoterapi fremstå som et reelt behandlingsalternativ.

---

Publisert: 17. oktober 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI:

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2020. Lastet ned fra tidsskriftet.no