
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. Forskningen på området har en klar biologisk forankring, med referanse til begreper som døgnrytmeforstyrrelse, serotonerg ubalanse og lyseksponering. 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: 28. februar 1996. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 6. februar 2026.