

استشاري نفسي: النساء والشباب أكثر عرضة لأعراض الاكتئاب في السعودية

1 مارس، 2026



كشف استشاري الطب النفسي عبدالإله الحديثي أن معدلات الاكتئاب الشديد في السعودية تُقدَّر بنحو 1 إلى 2% من البالغين وفق الإحصاءات الرسمية، مشيرًا إلى أن النسب قد تكون أعلى بسبب عدم تشخيص بعض الحالات نتيجة التردد في الإفصاح عن الأعراض.

وأوضح الحديثي أن قياس الأعراض عبر الاستبيانات قد يرفع النسب إلى ما بين 15 و30% في بعض الفئات، مؤكدًا أهمية التفرقة بين الأعراض الاكتئابية المؤقتة والاكتئاب السريري الذي يتطلب تشخيصًا وعلاجًا متخصصًا.

وأشار إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب مقارنة بالرجال،

وهو ما يتوافق مع المعدلات العالمية، مرجعًا ذلك إلى عوامل بيولوجية ونفسية واجتماعية، إضافة إلى أن النساء أكثر ميلًا لطلب المساعدة والتعبير عن المشاعر.

ولفت إلى أن المعدل العام للاكتئاب في السعودية قريب من المتوسط العالمي للحالات المشخصة سنويًا، موضحًا أن الوصمة الاجتماعية ما زالت تؤثر على طلب العلاج، حيث قد يعبر بعض المصابين عن الأعراض بشكل جسدي مثل الإرهاق أو الصداع بدلًا من الحديث عن المشاعر النفسية. كما أكد أن التحولات الاجتماعية السريعة، وضغوط الدراسة والعمل، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي تسهم في زيادة أعراض الاكتئاب بين الشباب والمراهقين.