

ROZUMIENIE DEPRESJI I NERWICY

Depresja



Zaburzenie, które charakteryzuje się przytłaczającym uczuciem smutku. Depresja związana jest z obniżeniem nastroju i zainteresowania. Charakteryzuje się brakiem aktywności i niskim poziomem energii.

Nerwica

Zaburzenie, które można opisać jako skłonność do zamartwiania się myślami o tym, co może się wydarzyć w przyszłości i poczucie nieuzasadnionego strachu.



Czynniki wywołujące



Główne czynniki wywołujące te zaburzenia to brak równowagi biochemicznej, trudne doświadczenia życiowe i negatywne czynniki środowiskowe.

Odwiedź lekarza

Depresja i lęk są w pełni uleczalne - szacuje się, że ponad 90% pacjentów ostatecznie pozytywnie reaguje na leczenie.

