

MASENNUS JA AHDISTUS

Masennus

Mielenterveyshäiriö, jolle on tyypillistä voimakas alakulo. Masennukseen liittyy laskenut mieliala ja kiinnostuksen puute. Sen piirteitä ovat passiivisuus ja matala energiataso.



Ahdistus

Mielenterveyshäiriö, jossa on tyypillistä huolestuneisuus asioista, jotka voivat tapahtua tulevaisuudessa.



Laukaisevat tekijät

Näiden häiriöiden pääasialliset laukaisevat tekijät ovat biokemiallinen epätasapaino, vaikeat elämäkokemukset ja negatiiviset ympäristötekijät.



Mene lääkäriin

Masennus ja ahdistus ovat täysin hoidettavissa – arvioidaan, että yli 90% potilaista reagoi positiivisesti hoitoon.

