

FAKTORI RIZIKA ZA MENTALNO ZDRAVLJE

Faktori rizika

Jedan od najvažnijih rizika je stres, koji ima vrlo negativan utjecaj i na fizičko i na mentalno zdravlje. Zdravi odnosi također su vrlo važni u održavanju dobrog mentalnog zdravlja.



Medicinska stanja

Postoji nekoliko (uglavnom kroničkih) medicinskih stanja koju mogu utjecati na mentalno zdravlje vodeći prema npr. anksioznosti i depresiji.



Različite životne faze

Svaka od životnih faza (djetinjstvo, adolescencija, odrasla dob) nosi različite faktore rizika za mentalno zdravlje: škola, roditeljstvo, posao, usamljenost.



Psihološka dobrobit

Dobrobit je pod utjecajem ne samo individualnih karakteristika nego također i socioekonomskim okolnostima u kojima se osobe nađu kao i šire okoline.

