

RIZIKOVÉ FAKTORY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Rizikové faktory

Jedním z nejdůležitějších rizikových faktorů je stres. Stres má velmi negativní vliv na fyzické i duševní zdraví. Zdravé vztahy jsou pro udržení dobrého duševního zdraví velmi důležité.



Zdravotní stav

Existuje několik (většinou chronických) zdravotních problémů, které mohou ovlivnit duševní zdraví a vést k úzkosti nebo depresi.



Různé životní etapy

Každá ze životních fází (dětství, dospívání, dospělost) nese různé rizikové faktory pro duševní zdraví: škola, rodiče, práce, osamělost.



Psychická pohoda

Psychická pohoda je ovlivněna nejen individuálními charakteristikami nebo vlastnostmi, ale také socioekonomickými okolnostmi, v nichž se lidé nacházejí.

