














ПРИЗНАКИ ДЕПРЕССИИ

Депрессия – распространенное психическое расстройство, от которого страдают люди всех возрастных и социальных групп во всех странах мира. Она причиняет душевные страдания, негативно отражается на способности человека выполнять даже самые простые повседневные задачи, а иногда может иметь катастрофические последствия для взаимоотношений человека с близкими и друзьями. В крайних случаях депрессия может стать причиной самоубийства.

- | | |
|--|---|
|  ХРОНИЧЕСКАЯ УСТАЛОСТЬ
(даже после отдыха или выходных) |  РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ И БЕСПРИЧИННАЯ АГРЕССИЯ |
|  ВЯЛОСТЬ И БЕЗРАЗЛИЧИЕ, ПОТЕРЯ ИНТЕРЕСА К ЖИЗНИ |  НЕВОЗМОЖНОСТЬ, СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ И СОБРАТЬСЯ С МЫСЛЯМИ |
|  НАРУШЕНИЯ СНА |  ЖЕЛАНИЕ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ОБЩЕНИЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ |
|  ПОТЕРЯ ИЛИ ВНЕЗАПНЫЙ РОСТ АППЕТИТА |  ВНЕЗАПНО ПОЯВИВШИЕСЯ ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ (алкоголь, сигареты, наркотики) |
|  ПОВЫШЕННОЕ ЧУВСТВО ТРЕВОГИ |  ПОСТОЯННОЕ ПРОКРУЧИВАНИЕ В ГОЛОВЕ И ПРОГОВАРИВАНИЕ НЕГАТИВНЫХ МОМЕНТОВ ЖИЗНИ |
|  ОТСУТСТВИЕ ЖЕЛАНИЙ |  НЕЖЕЛАНИЕ СЛЕДИТЬ ЗА СВОИМ ВНЕШНИМ ВИДОМ, СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ |
|  НАВЯЗЧИВЫЕ МЫСЛИ О СМЕРТИ И БЕССМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ | |

ДЕПРЕССИЯ ПОДДАЕТСЯ ЛЕЧЕНИЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ!
Обнаружив у себя признаки депрессии, обратитесь за помощью к профессионалам!

Краевой психотерапевтический консультативно – диагностический центр, кризисное отделение
г. Пермь, ул. Героев Хасана 20.

+7(342) 244-28-02

Городской психотерапевтический консультативно-диагностический центр г.Пермь, ул. Максима Горького, 75

+7(342) 216-86-65

WWW.BUDZDOROVPERM.RU
WWW.MAUS-GB8.PERM.RU



БЕСПЛАТНЫЙ КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ТЕЛЕФОН
ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
8-800-200-8-911
(БЕСПЛАТНЫЙ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ ПЕРМИ И ПЕРМСКОГО КРАЯ)

ПРАВИЛА СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ!

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ – состояние душевного благополучия (комфорта), адекватное отношение к окружающему миру, отсутствие болезненных психических явлений (депрессий, неврозов, фобий).



ПОМНИТЕ! Стресс, тревожные и депрессивные состояния повышают риск осложнений и смерти от сердечно-сосудистых заболеваний.