

Angst ist eine Krankheit, die Menschen jeden Alters treffen kann. Die Verzweiflung oder emotionale klinische depression, in die wir von Zeit zu Zeit kommen, sind typische Elemente des täglichen emotionalen Lebens. Es ist die Natürliche Reaktion des Körpers auf Enttäuschungen oder Misserfolge.

Aber wenn das Gefühl von Vakuum sowie Angst Sie überholt, verschwindet nicht und erlaubt es Ihnen nicht, sich am Leben wie zuvor zu erfreuen, können Sie mit klinischen Depressionen kämpfen Etwa 1,5 Millionen Menschen in Polen haben problem mit dem problem. Bis 2030 wird die klinische depression nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation die typischste Krankheit auf dem Planeten sein.

Nicht jedes Unglück ist klinische depression.

Die meisten von uns haben Höhen und tiefen um [Arztbibliothek](#). Viele Menschen nutzen den Begriff "klinische depression", um das Gefühl deprimierend zu erklären, aber diese Krankheit ist weit mehr als das. Personen, die an einer klinischen depression erkrankt sind, definieren Häufig das Gefühl, als ob Sie in einer "großen leere" lebten oder zu unvermeidlichen Fehlern verurteilt waren. Manche Leute jammern nicht darüber, traurig zu sein, sondern Sie fühlen sich wirklich passiv, haben keine Energie zu Leben, scheinen keinen Sinn zu haben.

Angst unterscheidet sich von unglücklichen Gefühlen, weil Sie das Leben stört. Es ermöglicht Ihnen nicht zu funktionieren, zu untersuchen, zu konsumieren, zu ruhen oder einfach nur Spaß haben. Empfindungen von Ohnmacht, Verletzlichkeit, Traurigkeit sind extrem intensiv und eben selten den Weg in die kleinsten. In der Regel kommt es auf die Wahrheit, dass die Zeitvertreib nicht mehr interessant sind, die Kranken bleiben frei von Kumpels zu sehen, zusammen mit einem ständigen Gefühl von Müdigkeit gegangen. Tägliche Aufgaben zu erledigen ist überwältigend.



Der Zustand betrifft Frauen doppelt so oft wie Jungs. In seinem Programm, was am Anfang hilflos erscheinen mag, aber mit der richtigen Hilfe kann es entscheidend verbessern.

Nehmen Sie einen Grundtest, um zu sehen, ob Sie dispirited werden können
Depression-Symptome, Um eine klinische Depression zu erkennen, muss mindestens eine der primären Anforderungen erfüllt sein: die Existenz eines depressiven (depressiven) Geisteszustandes und/oder eine signifikante Verringerung des Interesses an allen alltäglichen Aktivitäten. Diese Anzeichen und Symptome sollten praktisch täglich für einen Großteil des Tages über 2 Wochen stattfinden.

Angst ist ein Zustand, der unentdeckt passiert. Das Männchen verliert langsam sein Definitionsgefühl, wird passiv, offenbart keine Lust auf irgendeine Art von Aufgabe, sowie alles, was er wünscht, ist Abgeschiedenheit. Ein Mann hat ein Gefühl von Missverständnis durch seine Genossen, alles, was uns bis jetzt Freude bereitet hat, ist für uns unheimlich.

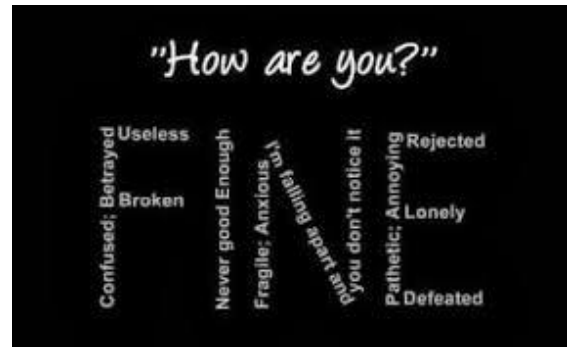
Körperliche Symptome einer Depression:

- Menstruationsbeschwerden,
- Schlaflosigkeit,
- große Nachfrage nach Ruhe,
- Abnahme oder Gewichtszunahme,
- Migräne,
- reduzierter Sexualtrieb,
- Abwesenheit von Appetit,
- extremer Appetit,
- völlig trockener Hals,
- konsequente Ermüdung.

Weil wir einen noch schlimmeren Tag haben oder Migräne bedeutet nicht, dass wir deprimiert sind, denken Sie daran, dass nur. Zusammen mit den oben genannten Variablen müssen andere ebenfalls zufrieden sein, klinische Depression erkennen zu können.
Gruppe Eins (mindestens zwei Elemente sollten erfüllt sein):

- ständige Verzweiflung, Mangel an Humor.
- Verlust von Interesse sowie Genuss;
- mehr Müdigkeit als je zuvor.
- Gruppe Zwei (mindestens 2 Elemente müssen erfüllt sein).

Interesse und Fokus-Erkrankungen; reduzierter Selbstwert; Gefühl reduziert; downhearted sowie schwarze Gedanken; in der Absicht, dein eigenes Leben zu nehmen;. gesenkt hunger;. Handlungen von Selbstmord; Ruhe Probleme. Kurzfristige klinische Depression und auch klinische Depression sind zwei verschiedene Punkte. Anzeichen von Angst Verweilen sehr lange. Menschen mit Angst haben Probleme, Lösungen für Ihre Probleme zu finden. Sie werden häufig von Suizidgedanken begleitet.



Arten von Angst.

Dysthymia: gekennzeichnet durch klinisch depressiven Geisteszustand, Pessimismus, vermindertes Selbstwertgefühl und auch Entscheidungsfragen, die mindestens 2 Jahre dauern. Es ist milder als verschiedene andere Arten von Angst. Dysthymia wird mit Antidepressiva sowie Psychotherapie behandelt.

Saisonale depression: am häufigsten Streiks im Herbst. Wirklich in der Regel löst Mangel an Sonnenlicht Reizungen, erhöhtes verlangen, Schläfrigkeit, Abwesenheit von Energie aus. Diese Art von depression ist am typischsten bei Personen zwischen 20 und älter. 30. er wurde geboren in New York City. Foto-Therapie wird in der Regel verwendet, um es zu behandeln.

Postpartale klinische depression: etwa drei Viertel der Frauen erleben vorübergehende, erhöhte Ungeduld, Weinen und auch Angst nach der Geburt, die nach weniger als 10 Tagen allmählich nachlässt. Diese Art der klinischen depression braucht eine Untersuchung mit einem Psychiater sowie Unterstützung von Angehörigen. Postpartale depression wird Häufig durch einen Rückgang der Sexualhormone nach der Geburt ausgelöst, was später zu einer Instabilität im Körper führt.

Bipolare affektive Störung: Dies ist ein alternierender Vorfall klinischer depression und Manie. Die Kombination der beiden Staaten kann unerwünschte Wirkungen haben, sogar Selbstmord. Ein Patient mit bipolarer Störung (Tschad) scheint alles tun zu können, keine Barrieren zu sehen, kann gefährlich sein. Wirklich Feste Antipsychotika werden verwendet, um diese Probleme zu behandeln, die regelmäßig eingenommen werden müssen. aufgrund der Tatsache, dass, sobald die Symptome tatsächlich behoben haben, können Sie Rückfall.

Was sind die Quellen der Angst?

Trotz vieler Forschungen über klinische Depressionen, zusammen mit erfolgreichen pharmakologischen und psychotherapeutischen Therapien, gibt es immer noch keine klare Lösung für die zugrunde liegende Untersuchung der Angst. Die typischsten sind die Theorien bezüglich der Gründe für Angst sowie psychosoziale und auch biologische Variablen.

Biologische Elemente mit klinischer depression verbunden sind:

- erbliche Faktoren;
neurotransmission Störungen, serotonin, Dopamin, Noradrenalin, GABA,
- Acetylcholin;
hormonelle Probleme bestehen aus cortisol (dem Stresshormon), zusammen mit einem Mangel an Thyroxin und Testosteron bei Männern, einer Verringerung der östrogengrade bei Frauen.

Die Assoziation von Angst mit organischen Elementen wird durch körperliche Anzeichen der Krankheit, einschließlich Müdigkeit, Ruhestörungen sowie Appetit, vorgeschlagen. Die Leistung von Antidepressiva ist genau darauf zurückzuführen, dass Sie verschiedene organische Verfahren verwalten und auch Symptome beseitigen. Dies deutet jedoch nicht darauf hin, dass biologische Veränderungen eine signifikante Ursache für klinische depression sind. Psychische Gründe können am Ursprung von hormonellen Ungleichheiten sowie Neurotransmitter existieren. Forschungsstudie zu diesem Thema ist unbestimmt, und auch das gestörte biologische Gleichgewicht des Körpers ist nicht unbedingt eine Ursache von Angst - es kann auch eine Wirkung haben.



Gründe für Natürliche Chemische problem bestehen aus:

- stress und Angst;
- hormonelle Veränderungen-induzierte Stimmungsschwankungen, die nach der Geburt auftreten, im Zusammenhang mit climacterium oder PMS;
- Medikamente-Nebenwirkungen von Medikamenten für Bluthochdruck, Anti-Angst, Empfängnisverhütung oder für Personen mit Parkinson-Zustand;
- somatische Erkrankungen, Z. B. Schilddrüse, enteritis, Bronchialasthma, diabetes mellitus, Grippe, HILFE;
- Alkohol-oder medikamentenabhängigkeit.

Die familiäre Gefahr, Angstzustände bei Angehörigen ersten Grades zu entwickeln, ist groß. 10-13 Prozent. Häusliche proneness zu Angst werden ebenfalls im Auge behalten - Sie können genetisch sein, aber Sie resultieren auch aus dem aufwachsen in details Bedingungen sowie aus negativen psychosozialen Eigenschaften oder Verhaltensweisen.

Psychosozialogische Variablen haben tatsächlich ebenfalls eine wichtige Rolle bei der Entwicklung von Angst gespielt, die durch verschiedene psychologische Theorien, bestehend aus humanistischen, psychoanalytischen und auch kognitiven Verhaltensweisen, betont wird. Psychiatrische Therapien wurden geschaffen, die im Umgang mit verschiedenen Formen der klinischen depression über die Bewertung der Denkweisen einer person wirksam erwiesen haben.

Depression-sieben Bedenken.

Reagieren Sie auf ein paar Anfragen und erfahren Sie auch, ob fretting Zeichen depression vorschlagen könnte. Kannst du nicht schlafen oder Umgekehrt, kannst du aufstehen, kannst du den gröſsten Teil des Tages darin verbringen? Haben Sie Schwierigkeiten sich zu konzentrieren? Entdecken Sie es herausfordernd, jobs auszuführen?

Haben Sie immer noch Empfindungen von Verletzlichkeit und Ohnmacht? Können Sie ungünstige Ideen überhaupt nicht verwalten? Hast du kein verlangen oder kannst du im Gegenteil Probleme "beressen"? Sind Sie schnell irritiert, nervös, auch aus einem unbedeutenden Grund?

Glauben Sie, dass Sie keinen Einfluss haben und Ihr Leben keinen Sinn ergibt? Die Art und auch schwere von depressionszeichen und-Symptomen sind ein privates Problem. Dennoch ist es wichtig, Sie früh zu fangen. Wenn Ihre Antwort auf die meisten der oben genannten Fragen ja war, konsultieren Sie Ihren Arzt. Sie können Ihren Hausarzt oder einen Psychiater in einer psychologischen wellness-Klinik sehen (Sie brauchen keine Empfehlung von einem weiteren Arzt, um sich für einen Termin anzumelden).