

โรคซึมเศร้า

โรคซึมเศร้า

เป็นโรคทางจิตเวชด้าน
ความผิดปกติทาง
อารมณ์ที่ พบได้



สาเหตุหลัก

เกิดจากความผิดปกติ
ของสารเคมีในสมอง

สาเหตุอื่นๆ พันธุกรรม สารเสพติด
ความเครียด การสูญเสียคนรัก
ความผิดหวัง

คุณเป็นโรคซึมเศร้าหรือไม่?

อาการหลัก

อารมณ์เศร้า

ท้อแท้ ซึม หงอย ทั้งที่ตัวเองรู้สึก
หรือคนอื่นก็สังเกตเห็น



เบื่อ

ไม่มีความสุขกับกิจกรรมที่เคยทำ



ซึมเศร้ารักษาหายได้



ด้วยยาอย่างน้อย 6-9 เดือน
หรือรักษาด้วยจิตบำบัด

อาการร่วมอื่นๆ

การกิน

เบื่ออาหารหรือเจริญอาหารมากเกินไป



การนอน

นอนไม่หลับ หรือนอนเยอะเกินไป



พฤติกรรม

เชื่องช้าลงหรือกระวนกระวาย



ร่างกาย

อ่อนเพลีย ไร้เรี่ยวแรง ใจลอย
ไม่มีสมาธิ ตัดสินใจอะไรไม่ได้



ความคิด

ตำหนิตัวเองหรือมองตัวเองเป็นคนไร้ค่า
คิดเรื่องการตาย

