

วันพฤหัสบดีที่ 19 กันยายน 2019 เวลา 08:05 น. - แก้ไขล่าสุด วันพฤหัสบดีที่ 19 กันยายน 2019 เวลา 08:52 น.

www.sakpat.com

คุณเป็นโรคซึมเศร้า...หรือไม่?

สาเหตุ

โรคซึมเศร้า เป็นโรคที่มักมีผู้มีอาการร่วมกับร่างกาย จิตใจ และความคิด มีสาเหตุจากหลายปัจจัย ทั้งด้านกรรมพันธุ์ การเจ็บป่วยทางกายเช่นไ้โรคภัย พิการทางสมองจิตใจ รวมทั้งปัจจัยทางชีวภาพ

มีอาการดังต่อไปนี้
5 อาการหรือมากกว่า

5 กระวนกระวาย อยู่ไม่สุข หรือเฉื่อยชาลง

6 อ่อนเพลีย ไร้เรี่ยวแรง

7 รู้สึกตนเองไร้ค่า

8 สนใจลดลง เจ็บใจ หรือสิ่งใดก็ไม่โปรด

9 คิดเรื่องการตาย หรืออยากตาย

1 มีอารมณ์ซึมเศร้า

2 ความสนใจในกิจกรรมต่างๆ แทบทั้งหมดลดลงอย่างมาก

3 น้ำหนักลดลงหรือเพิ่มขึ้นมาก เพื่ออาการหรือเรื้อรังอาหารขาด

4 นอนไม่หลับ หรือหลับมากเกินไป

มีอาการอย่างน้อย 1 หรือ 2 อย่างด้วย 1 สัปดาห์

ต้องมีอาการอย่างน้อย 2 สัปดาห์ขึ้นไป และต้องมีอาการเหล่านี้ต่อเนื่องตลอดเวลา ยกเว้นไปไม่ได้มาก เพราะเป็นเพียงช่วงที่อ่อนแอในช่วงเวลาหนึ่งเท่านั้น

รักษาโรคซึมเศร้าได้อย่างไร?

รักษาด้วยยา

รักษาด้วยไฟฟ้า

เปลี่ยนความคิด

เปลี่ยนพฤติกรรม

โรคซึมเศร้า สามารถรักษาได้หายได้ หากสนใจส่วนนี้ ควรรีบพบแพทย์

ปรึกษา รศ. นพ.วิฑูรย์ นวลตวัน โทร.02-2554000 หรือ โทร.02-2554001 ในวันและเวลาราชการ หรือ โทร.02-2554002 ในวันและเวลาราชการ